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

Herausgeber: Schweizerischer Gemeinnütziger Frauenverein

Band: 17 (1929)

Heft: 5

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

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

BERN, 20. Mai 1929 | N° 5 | XVII. JAHRGANG

Zentralblatt

des Schweizerischen gemeinnützigen Frauenvereins

Organe central de la Société d'utilité publique des femmes suisses

Erscheint am 20. jedes Monats

MOTTO: Gib dem Dürftigen ein Almosen, du hilfst ihm halb —
Zeige ihm, wie er sich selbst helfen kann, und du hilfst ihm ganz.

Abonnementspreis: Jährl. Fr. 2; Nichtmitglieder: Fr. 3.50, bei Bestellung durch die Post 20 Cts. Zuschlag.
Inserate: Die einspaltige Nonpareillezeile 30 Cts.
Adresse für Abonnemente und Inserate: Buchdruckerei Büchler & Co., Bern. Postscheck Nr. III 286
Adresse der Redaktion: Frau Julie Merz, Bern, Depotstrasse 14.
Postscheck des Schweizer. gemeinnützigen Frauenvereins: Nr. III/1554.

Inhalt: Einladung zur 41. Jahresversammlung des Schweiz. gem. Frauenvereins in Schaffhausen. — 41e Assemblée de la Société d'utilité publique des femmes suisses à Schaffhouse. — Aus dem Zentralvorstand. — Rechnung des Schweiz. gem. Frauenvereins pro 1928. — Für das Patenkind des „Zentralblattes". — Aus den Sektionen. — Das Altern. — Gedenket der schweizerischen Brautstiftung. — Aus schweizerischen Frauenkreisen. — Mein Hergiswil. — An die Sektionspräsidentinnen. — Inserate.

Einladung

zur

41. Jahresversammlung des Schweizer. gemeinnützigen Frauenvereins

Montag, den 24. und Dienstag, den 25. Juni 1929

in Schaffhausen

Montag, den 24. Juni

Beginn der Verhandlungen punkt 2 Uhr in der Steig-Kirche

Traktanden:

1. Begrüssung durch die Zentralpräsidentin.
2. Protokoll (verkürzt).
3. Jahresbericht.
4. Jahresrechnung, erstattet von der Zentralkassierin, Frau Dr. Langner.
5. Wahlen.

Teepause

6. **Heimarbeit in den Bergen.** Referat von Hrn. Dr. *Laur*, junior, und Korreferat von Fräulein *Hermine Kessler*, Vorsteherin der Frauenarbeitsschule St. Gallen.
7. *Diskussion.* Die Teilnehmerinnen werden zu lebhafter Aussprache eingeladen.

Eine Ausstellung von Mustern solcher Heimarbeiten, *die jetzt schon von den Frauen der Berggegenden erstellt werden oder die sich zur Einführung eignen, wird zur Besichtigung warm empfohlen.* Es bietet sich Gelegenheit, **Bestellungen** aufzugeben und **kleine Gegenstände zu erwerben.** Unsere gemeinnützigen Frauen sind gewiss gerne bereit, die Heimarbeit in den Bergen zu fördern, indem sie sich als Käuferinnen und Verbraucherinnen solcher Arbeiten betätigen. **Die Ausstellung** befindet sich im nahen Steig-Schulhaus, in dessen Turnhalle der Tee geboten wird.

19½ Uhr offizielles Bankett im Vereinshaus Fäsenstaub.

* * *

Dienstag, den 25. Juni

Beginn der Verhandlungen punkt 9 Uhr in der Steig-Kirche

Traktanden:

1. Kurze Berichte über die Anstalten des Vereins: Gartenbauschule Niederlenz, Haushaltungsschule Lenzburg, Pflegerinnenschule Zürich.
2. Bericht und Anträge der Diplomierungskommission.
3. Ueber Tuberkulosebekämpfung: Referentin: die Vizepräsidentin, Frau Schmidt-Stamm.
4. Kinder- und Frauenschutz. Referentin: Fräulein Berta Bünzli.
5. Brautstiftung.
6. Unentgeltliche Kinderversorgung. Ref.: Fräulein Martha Burkhardt.
7. Beiträge aus der Zentralkasse.
8. Festsetzung des Ortes der nächsten Generalversammlung.
9. Anträge.
10. Mitteilung des Zentralvorstandes betreffend Statutenrevision.
11. Freiwillige Hausdienstprüfungen in St. Gallen, eine Anregung zur Einführung durch die Sektionen.

* * *

Wir machen darauf aufmerksam, dass dem Referat über **Tuberkulosebekämpfung** besondere Bedeutung zukommt, weil das Bundesgesetz über Bekämpfung der Tuberkulose mit diesem Tag in Kraft getreten ist, und dadurch die Arbeit unserer Sektionen auf dem Gebiet der Tuberkulosebekämpfung eine bessere finanzielle Grundlage und damit auch einen neuen Ansporn erhält.

Mittagessen nach freier Wahl.

Dienstag nachmittag Besichtigung des Museums « Allerheiligen », Spaziergang auf den Munot, an den Rheinfall oder bei günstiger Witterung Dampfschiffahrt nach Stein (Billettpreis Fr. 2.40).

3½ Uhr Tee, offeriert von der Sektion Schaffhausen im Hotel Bellevue am Rheinfall oder im Rheinfall in Stein.

Zur 41. Generalversammlung laden wir die gemeinnützigen Frauen herzlich ein, nach Schaffhausen zu kommen.

Der Zentralvorstand und die gastgebende Sektion Schaffhausen.

* * *

Folgende Hotels sind bereit, Gäste aufzunehmen :

	Zimmer mit Frühstück
Hotel Bahnhof	Fr. 7.—
» Müller	» 6—7.50
» Schwanen	» 6—6.75
» Riesen	» 5—5.50
Hospiz z. Kronenhalle	» 4.50
Hotel Bellevue, *Neuhausen* (Tram- und Bahngelegenheit)	» 6—6.50

Die Zimmer in den Hotels müssen von den Teilnehmerinnen selbst rechtzeitig bestellt werden. — Da nur ganz wenig Einerzimmer zur Verfügung stehen, sind die Frauen dringend gebeten, auch Zweierzimmer zu benützen.

Die Zahl der Hotelzimmer in Schaffhausen ist beschränkt, hingegen stehen eine grössere Anzahl zu bezahlender Privatzimmer und viele Freiquartiere zur Verfügung.

Anmeldungen für Privatzimmer und Freiquartiere sind zu richten bis spätestens am 12. Juni an **Fräulein E. Peyer,** Herrenacker 10, Schaffhausen, wo auch **die Teilnehmerkarten** zu beziehen sind.

Dieselben kosten Fr. 8 und werden per Nachnahme zugesandt.

Auskunftsbureau am 24. Juni am Bahnhof im Wartsaal II. Klasse.

41e Assemblée de la Société d'utilité publique des femmes suisses

les lundi 24 et mardi 25 juin 1929

à Schaffhouse

Lundi, 24 juin

Ouverture des délibérations à 2 heures précises à l'église Steig.

Ordre du jour :

1. Discours de bienvenue.
2. Procès-verbal.
3. Rapport annuel.
4. Rapport de la Caisse générale.
5. Elections.

Thé.

6. Travail à domicile dans les contrées montagnardes. Conférenciers : M. le docteur Laur et Mlle Hermine Kessler, St-Gall.
7. Discussion.

Exposition d'un certain nombre d'ouvrages à domicile.

19½ heures : Banquet officiel Vereinshaus *Faesenstaub.*

Mardi, 25 juin

Ouverture des délibérations à 9 heures précises à l'église Steig

Ordre du jour :

1. Rapports de l'école de jardinage de Niederlenz, de l'école ménagère de Lenzbourg et de l'école des gardes-malades à Zurich.

2. Rapport et proposition de la commission pour la distribution des récompenses aux domestiques.
3. La lutte contre la tuberculose.
4. Rapport sur la protection de l'enfant et de la femme.
5. La fondation pour les fiancées.
6. Rapport de la commission pour le placement d'enfants.
7. Répartition des subsides.
8. Destination du lieu de la prochaine assemblée.
9. Propositions.
10. Communication sur la revision des statuts.
11. Les examens ménagers facultatifs à St-Gall.

Dîner dans les divers hôtels

* * *

Après-midi : Visite au musée Allerheiligen. Promenade au Mounot et à la Chute du Rhin ou, si le temps le permet, excursion sur le Rhin jusqu'à Stein (billet fr. 2.40). Thé offert par la section de Schaffhouse.

Les hôtels suivants recevront des hôtes :

Hôtel Bahnhof	Logement	avec	déjeuner	fr.	7.—
» Müller	»	»	»	»	6—7.50
» Schwanen	»	»	»	»	6—6.75
» Riesen	»	»	»	»	5—5.50
Hospiz zur Kronenhalle	»	»	»	»	4.50
Hôtel Bellevue à Neuhausen (Tramway)				»	6—6.50

Les inscriptions pour les *logements privés,* pour les *logements gratuits* et pour *les cartes de participation à fr. 8* doivent être adressées à Mlle **E. Peyer, Herrenacker 10, Schaffhouse.** Inscriptions pour les logements jusqu'au 12 juin. *Les cartes de participation seront envoyées contre remboursement.*

Bureau de renseignement le 24 juin à la gare, salle d'attente IIe cl.

Aus dem Zentralvorstand.

Der Zentralvorstand hielt am 11. Mai eine Sitzung ab, in welcher die Traktanden für die Jahresversammlung in Schaffhausen festgesetzt und eine Reihe laufender Geschäfte erledigt wurden. Der Zentralvorstand genehmigte den Schlussbericht über die Aktion für die Bergbevölkerung. Zur Behandlung gelangten ferner **Eingaben** einer Anzahl von Sektionen. Von den Sektionen : Brienz, Burgdorf, Chur, Interlaken, Langenthal, Meiringen, Rehetobel, Saanen, Schaffhausen, Spiez, Steffisburg, Thun, Trogen, Unterseen, Frauenfeld, Glarus, Solothurn, Zweisimmen und Zürich ging *folgende Eingabe* ein :

« Die unterzeichneten Sektionen regen eine Revision der Statuten an, da diese den heutigen Anforderungen in vielen Punkten nicht mehr entsprechen. Sie bitten, dies im Zentralblatt zu veröffentlichen, damit die Sektionen dazu Stellung nehmen und ihre diesbezüglichen Wünsche äussern können. »

Der Zentralvorstand ladet die Sektionen, welche eine Revision der Vereinsstatuten als nötig erachten, ein, ihm bis zum 20. Juni klar formulierte

und begründete Anträge einzureichen, damit er sich ein genaues Bild davon machen kann, nach welchen Richtungen hin die Revision gewünscht wird.

Eine zweite Eingabe befasst sich mit der Berichterstattung und Rechnungsablage über die Institutionen des Vereins. Sie lautet:

« Die unterzeichneten Sektionen des Schweizerischen gemeinnützigen Frauenvereins ersuchen den Zentralvorstand dringend, die Jahresberichte und Rechnungen der verschiedenen Institutionen im Mai und Juni im Zentralblatt erscheinen zu lassen, um den Mitgliedern Gelegenheit zu bieten, an der Jahresversammlung Stellung dazu zu nehmen, was bis jetzt nicht möglich war, da die wenigsten Anwesenden die leisen Stimmen der Vorlesenden verstanden. Dadurch würde auch Zeit gewonnen zu fruchtbringenden Aussprachen und vermehrten Vorträgen, welche den Teilnehmerinnen die so notwendige Anregung für ihre Vereinstätigkeit geben würden. »

Unterschrieben ist diese Eingabe von den Sektionen: Aarau, Brienz, Chur, Steffisburg, Thun, Unterseen, Schaffhausen, Frauenfeld, Glarus, Solothurn, Zweisimmen und Zürich.

Wir weisen auf *Art. 11 der Statuten* hin, laut welchem es zu den Obliegenheiten der Jahresversammlung gehört, den allgemeinen Jahresbericht, sowie die Spezialberichte über besondere Anstalten, Werke und Unternehmungen, wie auch die Vereinsrechnungen entgegenzunehmen. In den letzten Jahren wurde die Vereinsrechnung der Jahresversammlung vorangehend veröffentlicht, um den Teilnehmerinnen der Versammlung das Zahlenmaterial vor der Genehmigung in die Hand zu geben. Es hätte aber keinen Sinn, alle Berichte, die laut Statuten an der Jahresversammlung zu erstatten und zu genehmigen sind, schon Monate zum voraus im Zentralblatt *vor ihrer Genehmigung* bekanntzugeben. Die Berichterstattung über Vereinsinstitutionen bildet in den meisten schweizerischen Verbänden *ein Haupttraktandum* der Jahresversammlung; sie bietet Gelegenheit, die Persönlichkeiten kennenzulernen, die mit der Leitung der Vereinswerke betraut sind und die voraussetzen dürfen, dass die Mitglieder den Berichten über ihre opferwillige Arbeit Interesse entgegenbringen.

Mutationen: Hr. *Pfarrer Gauss* ist als Präsident der Sektion *Liestal* zurückgetreten. Dank gebührt ihm für die langjährige Arbeit, die er im Geiste des Schweizerischen gemeinnützigen Frauenvereins geleistet hat. Mit ihm scheidet der letzte Sektionspräsident aus; das Präsidium ist an *Frau Dr. Veit-Gisin* übergegangen.

In Reinach hat Frau *Hediger* das Präsidium niedergelegt. Seit der Gründung der Sektion hat sie mit grosser Hingabe in derselben gewirkt; an ihre Stelle tritt Frau *Maurer*.

Mit grossem Bedauern nahm der Zentralvorstand Kenntnis vom Rücktritt von Frl. *Anna Amsler* aus der Kommission der *Gartenbauschule Niederlenz.* Frl. *Amsler* gehörte der Kommission seit der Gründung der Schule an; sie hat der letzteren überaus wertvolle Dienste geleistet; dafür sei ihr warme Anerkennung und herzlicher Dank ausgesprochen und auch der Wunsch, sie möge der Anstalt ihr Interesse bewahren.

Neue Sektionen: Dem Schweizerischen gemeinnützigen Frauenverein sind als Sektionen beigetreten der Frauenverein *Neue Welt-Basel,* Präsidentin Frau *Stingelin;* ferner der Frauenverein *Hallau,* Präsidentin Frau *Bührer-Fiegel.*

Wir heissen diese neuen Sektionen herzlich willkommen und hoffen, sie an der Jahresversammlung in Schaffhausen vertreten zu sehen.

Im Namen des Zentralvorstandes,
Die Präsidentin: **Berta Trüssel.**

Rechnung des Schweizerischen gemeinnützigen Frauenvereins pro 1928.

Bilanz per 31. Dezember 1928.

Aktiven:

	Fr.	Fr.
Kassa:		
Zentralkasse	472. 30	
„Zentralblatt“	3. 32	
Dienstbotendiplomierung	20. 39	
Brautstiftung	6. 65	
Unentgeltliche Kinderversorgung	84. 22	586. 88
Postcheck:		
Zentralkasse	1,138. 31	
Dienstbotendiplomierung	64. 30	
Brautstiftung	611. —	1,813. 61
Banken:		
Schweiz. Volksbank Solothurn		
Sparheft Zentralkasse	3,724. 20	
„ Fonds für notleidende Mütter	4,209. 90	
Hypothekarkasse Bern		
Sparheft Fonds „Zentralblatt“	6,469. 10	
Hypothekarbank Lenzburg		
Kontokorrent Zentralkasse	5,158. —	
Sparheft Dienstbotenprämiierung	2,425. 60	
Zuger Kantonalbank		
Wohltätigkeitsfonds Cham	637. 75	
Sparheft Brautstiftung St. Gallen	358. 60	
„ Unentgeltliche Kinderversorgung	3,533. 39	26,516. 54
Wertschriften:		
Zentralkasse	39,000. —	
„Zentralblatt“	10,000. —	
Wohltätigkeitsfonds Cham	4,000. —	
Brautstiftung	3,000. —	
Unentgeltliche Kinderversorgung	1,960. —	57,960. —
Immobilien:		
Gartenbauschule Niederlenz	124,749. 35	
Haushaltungsschule Lenzburg	183,892. 80	308,642. 15
Schriften des Vereins:		
Winistörferbüchlein		2,650. —
		398,169. 18

Passiven:

	Fr.	Fr.
Hypotheken:		
Haushaltungsschule Lenzburg:		
Kantonalbank Aarau	20,000. —	
Hypothekarbank Lenzburg	20,000. —	
Gartenbauschule Niederlenz:		
Hypothekarbank Lenzburg	20,000. —	
„ „	17,000. —	77,000. —
Darlehen:		
Gartenbauschule Niederlenz:		
Dürler, Zürich	25,000. —	
Rauschenbach, Schaffhausen	3,000. —	28,000. —
Obligationen:		
Haushaltungsschule Lenzburg		47,400. —
Amortisationskonto		7,123. —
Fonds:		
Für notleidende Mütter		4,209. 90
Sammlung Samaden		406. 25
Für Wohltätigkeit, Cham		4,637. 75
„Zentralblatt“		16,472. 42
Dienstbotendiplomierung		2,510. 29
Brautstiftung		3,976. 25
Unentgeltliche Kinderversorgung		5,577. 61
Kapital per 31. Dezember 1928		200,855. 71
		398,169. 18

Pro Memoria: Der Fonds für Wiedereinbürgerung im Betrage von Fr. 8023. 55 ist gemäss Beschluss der Generalversammlung 1927 auf Kapitalrechnung übertragen.

Gewinn- und Verlustrechnung per 31. Dezember 1928.

Soll.

	Fr.	Fr.
Beiträge an Sektionen und Institutionen des Vereins:		
Pflegerinnenschule Zürich	1500. —	
Gartenbauschule Niederlenz	1500. —	
Haushaltungsschule Lenzburg	1500. —	
Unentgeltliche Kinderversorgung	600. —	
Aktion für die Bergbevölkerung, aus dem Fonds für notleidende Mütter	1000. —	
Altersheim Meggen der Sektion Luzern . . .	200. —	
Verschiedene Sektionen	150. —	6,450. —
Beiträge an verschiedene Vereine . . .		362. 70
	Übertrag	6,812. 70

	Fr.	Fr.
Übertrag		6,812. 70
Kosten der Saffa 1928 (Teilbetrag)		4,674. 35
Zinsen:		
Auf Hypotheken	4017. 50	
„ Obligationen	2155. 50	
„ Darlehen	1145. —	7,318. —
Vorstandssitzungen		1,615. 55
Abordnungen und Ehrenausgaben . . .		1,491. 80
Drucksachen		546. —
Porti und Bureauauslagen		677. —
Steuern		650. 30
Zuweisung an Amortisationsfonds . . .		1,550. —
		25,335. 70

Haben.

Beiträge von Einzelmitgliedern		1,706. 58
Beiträge von Sektionen		4,119. 90
Zinsen:		
Auf Bank- und Postcheckguthaben	205. 20	
Haushaltungsschule Lenzburg	5000. —	
Gartenbauschule Niederlenz	4500. —	
Wertschriften	1591. —	
Mieten	1922. 50	13,218. 70
Legate und Schenkungen:		
Beitrag Schweiz. Rotes Kreuz	500. —	
2 Obligationen Lenzburg inklusive Zins . . .	521. 55	1,021. 55
Diverse kleine Einnahmen		20. 20
Verlust pro 1928		5,248. 77
		25,335. 70

Vorstehende Rechnung haben geprüft und richtig befunden

Bern, den 17. Mai 1929.

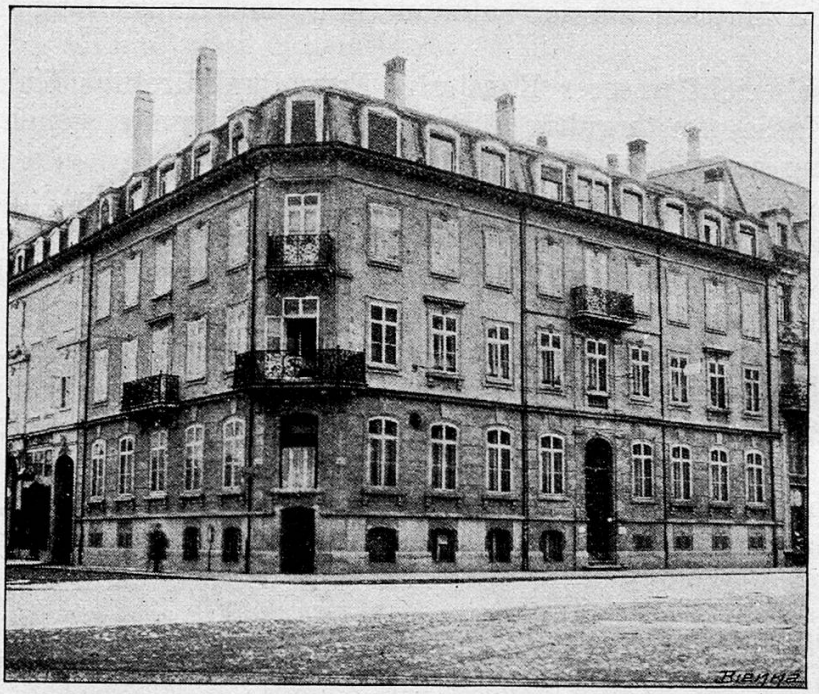
B. Bonzanigo.
M. Marti.

Für das Patenkind des „Zentralblattes".

Vom 15. April bis 15. Mai sind eingegangen: Fr. 20 von der *Sektion Solothurn* durch Fr. Dr. Langner. — Totalbetrag am 15. Mai: Fr. 593.70 einbezahlt auf Sparheft Nr. 204,072 Schweizer. Volksbank, Bern. *J. Merz.*

Aus den Sektionen.

Bern. Die Nachricht, dass die Sektion Bern Freistellen für unbemittelte Bergkinder in ihrer Haushaltungsschule errichtet hat, rief in den Bergkantonen viel Freude und Dankbarkeit hervor. Es sind bereits vier Mädchen gekommen. Von überall her wurde uns das Bedauern ausgesprochen, dass solche Stellen nicht auch im Winter zu haben seien. Das entspricht aber nicht unserer Idee, vor allem den Gemüsebau in den Berggegenden zu fördern und so die Ernährung vielseitiger und rationeller zu gestalten. Unsere Schülerinnen haben das



Alkoholfreies Restaurant Schweizerhof Biel

Glück im Sommerkurs den Gemüsebau bei Herrn *Roth,* einem begeisterten und tüchtigen Pädagogen und Fachmann, zu lernen. Wenn auf dem Simplon, bei 2000 m Höhe, dank der richtigen Pflege, fast alle Gemüsearten gedeihen, warum sollte das in andern Berggegenden nicht auch möglich sein? *B. T.*

Biel. — Die diesjährige Generalversammlung fand am 5. März im Schweizerhof statt. Anwesend waren 118 Mitglieder.

Fräulein Kammermann hiess die Anwesenden im neuen Heim herzlich willkommen und verlas dann ihren vorzüglich verfassten Jahresbericht. Derselbe gab einen klaren Einblick in die grosse Arbeit, die der Verein im verflossenen Jahre geleistet hat. Die Mitgliederzahl ist nun auf 490 angewachsen. Nicht zuletzt der grossen Mitgliedschaft ist es zu verdanken, dass das schöne Werk, die Eröffnung des alkoholfreien Restaurants « Schweizerhof », Wirklichkeit werden konnte. Noch braucht es aber viel Arbeit, Mühe und Ausdauer, bis dasselbe ausgebaut und gefestigt dasteht; aber zuversichtlich hoffen wir, dass es den Gemeinnützigen gelingen wird, ihr begonnenes Werk zur vollen Blüte zu bringen.

Neben dem Schweizerhof wurden auch die andern Vereinsaufgaben erfüllt. An erster Stelle stand wieder die Tuberkulosenfürsorge. Für Kuren in Heiligen-

schwendi, Leysin, Maison Blanche, Hinterberg und Konstantin usw. wurden Fr. 6770 verausgabt. Ferner wurden arme Mütter, alte Leute und weitere Notleidende mit total Fr. 2200 unterstützt.

Der Reingewinn des im November 1928 abgehaltenen Basars hat unserer Kasse Fr. 12,588 eingebracht. Es wird uns darum möglich sein, auch im laufenden Jahre den verlangten Unterstützungen gerecht zu werden.

Auch dieses Jahr erhielten über 40 Familien Weihnachtspakete und dem Asyl Mett und dem Bezirksspital wurden als Weihnachtsgabe je Fr. 100 überreicht.

Wie gewohnt, wurden die Insassen des Asyls Gottesgnad in Mett durch Mitglieder der Mettkommission allmonatlich mit einem Besuch und Gaben bedacht.

Der Kassabericht unserer Kassierin, Frau Bankdirektor Kuhn, die seit 18 Jahren die Kasse mustergültig führt, wurde einstimmig genehmigt und die grosse Leistung herzlich verdankt.

Fräulein Kammerman wurde einstimmig als Präsidentin und Frau Bühler-Huber als Vizepräsidentin gewählt. In den Vorstand wurden ferner neu gewählt die Frauen Schaub, Rüenzi und Schwab. Für jahrelange treue Mitarbeit wurde Frau Weisshaupt die Ehrenmitgliedsurkunde überreicht.

Unsere Fröbelschule, unter der Leitung unserer bewährten Lehrerin Fräulein Ruf, war das ganze Jahr hindurch gut besucht.

Allen denjenigen, die auch im verflossenen Jahre auf irgendwelche Art unser neues Heim und alle unsere Institutionen tatkrätig unterstützt haben, unsern besten Dank. Wir dürfen zuversichtlich in die Zukunft blicken, indem wir wissen, dass unsere Mitglieder auch fernerhin treu zu unserer Sache stehen werden. *A. B.*

Hergiswil (Nidwalden). *Jahresbericht 1927/1928.* — Unsere Vereinstätigkeit zeigt im verflossenen Jahre wiederum eine fortschrittliche Tendenz an. Nicht nur ist die Mitgliederzahl auf 232 angewachsen, sondern es wurde auch Erfreuliches zum Wohle der Familien und der Gemeinde überhaupt geleistet.

Der Arbeitschulkurs zählte 32 Schülerinnen und es wurden nebst ca. 500 Stück neu angefertigter Wäsche und Kleidungsstücken, sehr viele saubere, schöne Flickarbeiten verfertigt. Ein in 156 Stunden durchgeführter Bügelkurs befähigte die Schülerinnen, ihre Wäsche selbst in tadelloser Aufmachung der Ausstellung zu unterbreiten und vermehrte deutlich sichtbar das freudige Bewusstsein selbstgemachter und selbstgebügelter Wäsche, eine grundlegende Kenntnis zur Aufgabe der Hausfrau. Die Ausstellung an Ostern wies wieder ein prächtiges Resultat auf, ebenso auch die schriftlichen Arbeiten, die in ihrer Ausführung sehr lobenswert sind. An sechs Schülerinnen, die den dritten Kurs absolviert, wurde wieder je ein Lehrbuch für « Häusliches Wissen » verabreicht.

Eine Weihnachtsaufführung mit Bescherung sämtlicher Schulkinder löste allgemeine Freude aus und wurde sehr dankbar anerkannt. Es kamen hierfür Fr. 1436 zur Verwendung, die uns sehr bereitwillig durch eine Sammlung hierfür zukamen.

An dürftige Familien, Wöchnerinnen und Kranke wurde in Bargeld, Lebensmitteln und Kleidern die Summe von Fr. 1421 abgegeben.

Im Verlaufe des Jahres wurden zwei Kochkurse mit 42 Teilnehmerinnen durchgeführt. Die Abhaltung dieser Kochkurse zeitigte überaus erfreuliche Resultate.

Ferner hatte wir je einen Blumentag zugunsten der Tuberkulose und für vermehrte Anschaffung unseres Kücheninventars. Auch da fanden wir volles Verständnis der Gemeinde und schlossen mit gutem Erfolg ab. Ebenso verkauften wir 1000 Lose der Saffa.

Die Weihnachtsaktion des Schweiz. gemeinnützigen Frauenvereins : « Hilfe für das Bergvolk », die für die Zentralschweiz der Unterzeichneten übertragen war, fand sehr viele freudige Geber und willige Hände zum Arbeiten in den Reihen unserer Frauen. Die Arbeitslehrerin mit ihren Schülerinnen, Frauen, die ihrem Haushalt obliegen, sie alle anerboten sich freudig, und fanden Zeit, auch an die zu denken, die weit entfernt wohnen und die vielen Vorteile der Talbewohner nicht geniessen. Leider bewies die Erfahrung hier wieder so deutlich, wie diese oft das Allernötigste entbehren.

Am 25. November hielten wir unsere jährliche Generalversammlung ab. Dieser Frauentag ist in unserer Gemeinde immer ein Festtag. An die 300 Frauen finden sich zusammen und der tit. Gemeinderat ehrt jeweilen die Versammlung mit seiner Anwesenheit, nebst vielen Ehrengästen der Schwestersektionen des Vereins. Ein gediegenes Programm liegt zur Abwicklung bereit. Berufene Musiker eröffnen den ersten Teil, in welchem Tätigkeitsbericht, Rechnungsablage, sowie die Ansprache der Präsidentin an die Mitglieder enthalten sind. In herzlichen Worten werden die Frauen wieder zu treuer Zusammenarbeit aufgemuntert, um ein Gemeinschaftsproblem zu lösen, das ohne Unterschied des Standes und der Konfession von Mensch zu Mensch sich auswirkt, alljährlich grössere Dimensionen annimmt, und wo « im Sichverstehen » das Opferbringen leicht wird. Der zweite Teil des Festes erschliesst die theatralischen Produktionen, die stets sorgfältig ausgewählt werden und sich im Gefühle der Aesthetik und des Frohsinns bewegen. Dazwischen wird auf blumengeschmückten Gedecken Kaffee oder Tee mit frischem Gebäck serviert. Dankbar und zufrieden mit den Leistungen des Vereins und der Veranstaltung des Festes, summt es da wie treues Versprechen durch die Reihen der Frauen und in diesem Gefühle wird wieder miteinander und füreinander weitergearbeitet, um in stiller Seelengemeinschaft segensreich für ein kommendes Jahr zu wirken. Frau *B. Z.*

Das Altern.

Berner Radio-Vortrag von Herrn Nationalrat Dr. *Ullmann* in *Mammern.*

Es ist begreiflich, dass das Problem des Alterns wiederholt Gegenstand von Abhandlungen und Vorträgen gebildet hat von Seneca an bis in die Neuzeit. Namentlich beschäftigt man sich *dann* mit dem Problem, wenn man selbst dem Alter entgegengeht. — Alterserscheinung ist Veränderung als Funktion der Zeit. Der Mensch altert kontinuierlich in jedem Augenblick seines Lebens. Die Einteilung in einzelne Altersstufen, in verschiedene Gruppen hat von jeher etwas Willkürliches gehabt. Die ursprünglichste Einteilung unterschied zwei Altersstufen, nämlich : Jugend und Alter. Aus dieser Zweiteilung entwickelte die hippokratische Schule die Vierteilung analog den Jahreszeiten : Knabe, Jüngling, Mann, Greis. Beliebt war auch die Einteilung in

---

Herr Nationalrat Dr. *Ullmann* hat seine wertvolle Arbeit dem Zentralblatt in zuvorkommender Weise zur Verfügung gestellt; es sei ihm an dieser Stelle hierfür bester Dank ausgesprochen. *Die Redaktion.*

sieben Altersstufen, anknüpfend an astrologische Vorstellungen, so zwar, dass im 1.—4. Jahre der Mond herrschen soll, im 4.—14. Jahre Merkur, im 14.—22. Venus, im 22.—41. die Sonne, im 41.—56. Mars, im 58.—68. Jupiter und nachher Saturn.

Im Sinne des heutigen Themas heisst Altern : Entwicklung im absteigenden Teile der Lebenskurve, Involution, d. h. Entwicklung jenseits der Mittagshöhe. Das Einsetzen dieser Involutionsvorgänge beginnt zumeist um die Mitte des vierten Jahrzehnts. Eine genaue allgemein gültige Bestimmung des Zeitpunktes des beginnenden Alterns kann es wegen der grossen individuellen Schwankungen nicht geben. Den Kulminationspunkt der Entwicklung, d. h. das 45. Altersjahr erreicht ungefähr die Hälfte aller Menschen. Ein Drittel stirbt bereits vor dem 20. Jahre, ein Fünftel erlebt das 70. Jahr. 90 Jahre alt werden nicht ganz ½ % aller Menschen.

Wir alle haben das Bestreben, ein möglichst hohes Alter zu erreichen, sofern nicht aussergewöhnliche unglückliche Verhältnisse das Dasein trüben. So sucht man auch — sich selbst und andern zum Trost — man sucht in der Literatur gerne *die* Fälle auf, welche sehr alt geworden, und die bis ins hohe Alter frisch und leistungsfähig geblieben sind. — Der amerikanische Professor Osler behauptet, « die goldenen Jahre der Vollkraft seien die bis zum vierzigsten ». Alle weltbewegenden Entdeckungen seien von Männern unter 40 Jahren gemacht worden. Er spricht sogar von der Nutzlosigkeit der Männer über 60 Jahre. — Diese pessimistischen Aeusserungen haben natürlich Widerspruch hervorgerufen, und ich nehme an, dass auch viele ältere Leute, die zuhören, nicht einverstanden sind. Es kann hingewiesen werden auf Männer wie Michelangelo, Tizian, Menzel, Goethe, die alle in hohem Alter Grosses geboten haben. Verehrte Zuhörerinnen und Zuhörer, zunächst kann man sich fragen : « Wann ist man alt ? » Ein Urteil lautet : Ein jeder ist so alt, wie er sich fühlt. — Im allgemeinen darf man wohl den Beginn des Alters um das 60. Jahr herum setzen. Das Höchstmass des Lebens wird verschieden angegeben. Josua brachte es auf 110 Jahre, Moses auf 120 Jahre. Ein Engländer Jenkins soll 152 Jahre alt geworden und — mit 120 Jahren zum zweitenmal in den Ehestand getreten sein. Seine Frau versicherte, ihm sein Alter nie angemerkt zu haben. Wie weit solche Angaben richtig sind, lässt sich schwer feststellen. Die Zivilstandsregister existierten wohl kaum. — Soviel sollten wir vielleicht erreichen, unser Leben bis an die 80 heranzubringen. Wie mannigfache Mittel und Wege dazu sind schon angegeben worden ! Ich erinnere an die verschiedenen Lebenselixiere, an die Kiesewsche Lebensessenz, an das Elixirum ad longam vitam, ich erinnere an den aus dem 17. Jahrhundert stammenden jetzt noch gebräuchlichen Tee St. Germain. Alle diese Mittel haben natürlich keinen ernsthaften Anspruch auf Wirksamkeit oder Erfolg punkto Lebensverlängerung.

Der Forscher Weismann fasst das Alter als Zweckmässigkeitseinrichtung der Natur auf. Recht haben wohl auch diejenigen, welche den Vorgang als Abnutzungsprozess ansehen. Die Organe erfahren durch das Getriebe des Lebens eine solche Veränderung ihres Mechanismus, dass sie abgenützt werden und dem Tode verfallen. Das Rätsel, *warum* sie altern und sterben müssen, bleibt dabei ungelöst. Die Annahme geheimnisvoller Kräfte und Säfte geben von vorneherein keine befriedigende Lösung für das Problem des Alterns. Trotz alltäglicher Erfahrungstatsache ist es noch nicht gelungen, eine befrie-

digende Erkenntnis zu gewinnen, wie das so oft vorkommt bei den einfachsten und elementarsten Fragen des Lebens. Die Gründe der Begrenztheit des Lebens bzw. des Altwerdens können nur allgemein ausgedrückt werden. Sie werden von den Naturforschern mit Vorliebe zusammengefasst in der Definition als Funktion der Anpassungsfähigkeit an die äusseren Schädigungen. Diese Schädigungen, welche das Leben verkürzen, welche die Lebensdauer beeinflussen, sind mannigfaltig und unberechenbar. Sie setzen sich zusammen aus biologischen, physikalischen, soziologischen und zivilisatorischen Elementen. Gegenüber den Schädigungs-, gegenüber den Vernichtungsfaktoren sind vor allem massgebend diejenigen der individuellen Widerstandsfähigkeit — also konstitutionelle Momente. Es gibt wie bekannt langlebige Familien : speziell wurde von jeher hingewiesen auf die Langlebigkeit der jüdischen Rasse; sie beruht wohl auf sozialen Faktoren. Ganz gleichmässiges Auftreten von Alterserscheinungen bei verschiedenen Menschen gibt es nicht. Wie jeder Mensch sein eigenes Schicksal lebt, so altert er auch unter denjenigen Bedingungen, die seinem individuellen Schicksal entsprechen. Die Erbmasse des Individuums, die Anlage, die Konstitution können allerdings von Bedeutung sein und sie kommen bisweilen in familiären Eigentümlichkeiten zum Ausdruck. Man trifft hie und da Familienangehörige, die beinahe im gleichen Tempo altern, so z. B. alte, ledig gebliebene Schwestern.

Wenn ich nun charakteristische Zeichen des Alters kundgeben soll, so kann das selbstredend keineswegs ausgiebig oder gar erschöpfend der Fall sein in der mir zugemessenen Vortragszeit. Ich muss mich auf die häufigsten beschränken. Als charakteristisches Merkmal des Alters gilt mit Recht die Weitsichtigkeit. Bei der Alterssichtigkeit ist der Nahpunkt des Auges soweit hinausgerückt, dass das Lesen kleiner Schrift in üblicher Entfernung nicht mehr möglich ist. Zuerst wird man dessen gewahr beim Studium des Eisenbahnfahrplanes, und viele werden durch einsetzendes Kopfweh erst auf den Defekt aufmerksam gemacht und zur Augenuntersuchung gemahnt. Die Alterssichtigkeit beginnt etwa vom 45. bis 50. Jahre an. Zu den gewöhnlichen Zeichen darf man auch die Abnahme der Muskelkraft, die Steifigkeit der Glieder zählen. Mit der letztern in Zusammenhang steht die Verminderung der Beweglichkeit. Man vergleiche z. B. die Gewandtheit, mit welcher ein Knabe das Radfahren lernt, man vergleiche sie mit der Schwerfälligkeit des Alters. Die Veränderung der Knochenstruktur, die Skelettveränderung, die Verkrümmung der Wirbelsäule, die Brüchigkeit der Knochen sind bekannte Merkmale. Mit zwei Worten muss ich wohl auch einzelne Schönheitsfehler streifen, so das Weisswerden, den Ausfall der Haare, Faltenbildung im Gesicht, Veränderung der Kauwerkzeuge, wobei glücklicherweise kosmetische Prozeduren, Schminke, Puder, Zahnarzt mit Kunst recht gute Hilfe leisten können. — Wichtigste Organveränderung im Alter stellen das Herz und das Gefäßsystem. Die Arteriosklerose, die Verhärtung der Blutgefässe ist sehr bedeutungsvoll, wenn ich auch die Meinung dabei habe, dass heutzutage den armen alten Leuten zuviel Angst eingeflösst wird. Es wurde die These aufgestellt, « man habe das Alter seiner Blutgefässe ». Der Forscher Demange vermisste bei 500 ausgeführten Sektionen alter Leute niemals die Arteriosklerose, namentlich nicht diejenige der kleinen Arterien. Die Gefahr der Arteriosklerose ist verschieden, je nachdem sie die grossen oder die kleinen Arterien befällt. Im letztern Falle pflegt sie oft die Niere mitzuergreifen, wobei die Blutdrucksteigerung stark in die Erscheinung tritt.

Früher glaubte man, dass namentlich Gifte Hauptschuld tragen, Alkohol, Nikotin, speziell Havannazigarren, Syphilis, Blei usw. Heute muss die Wissenschaft anerkennen, dass nervöse Momente eine grosse Rolle spielen. Die Kreise der ernst angelegten Pflichtmenschen liefern sehr viele Arteriosklerosen, speziell geistige Arbeiter, Kaufleute, Industrielle, die sich aufgerieben haben.

Jedes Uebermass an Sorge, Kummer, Aerger, Erregung hinterlässt an den Arterien seine Schäden und verursacht Insuffizierung der Blutzirkulation. Die Arteriosklerose ist eine Aufbrauchkrankheit par excellence. Das Nachlassen der Anpassungsfähigkeit des Herzens und der Blutgefässe verlangt bei besonderen Anforderungen therapeutische Stütze, und glücklicherweise besitzt die Wissenschaft einen schönen Schatz von Herz- und Gefässmitteln, Mittel, die in überraschender Weise oft helfen. — Die Erkrankungen der Luftwege im Alter beschränken sich hauptsächlich auf Sekretstauung in den Bronchien, ungenügende Lüftung der Lungen, Alters-Bronchitiden, Bronchopneumonien. Diese Erscheinungen haben mehr Bedeutung als in der Jugend, weil allgemein die Widerstandsfähigkeit abnimmt, wie denn überhaupt aus diesem Grunde eine Menge von grössern und kleinern Uebeln sich einstellen. Der alternde Organismus tritt aus irgendwelcher Veranlassung aus seinem gewohnten Aktionsradius heraus, er gelangt schneller an die Grenzen seiner Kraft und versagt. Die Bedingungen geruhsamer Lebensführung früherer Zeiten, z. B. der Biedermeierzeit, mit den einfachen Sitten, einfachen Moden — sie sind ungünstigere geworden.

Am stärksten treten für die Umgebung die Funktionen des Nervensystems ins Auge, ich meine die Veränderung der höheren psychischen Leistungen unter dem Einfluss des Alterns. Obwohl wir in der schönen Literatur treffliche Schilderungen der höheren seelischen Leistungen finden unter dem Einfluss des Alters z. B. bei Homer, Plato, Cicero, Shakespeare, so ändern sich doch im allgemeinen die psychischen Funktionen. Wer von uns, d. h. von der ältern Generation, hat nicht merken müssen, dass zur Altersbrille als Begleiter das Notizbuch gehört? Wer macht nicht fast alltäglich die Erfahrung, wie Dinge aus der jüngsten Vergangenheit einfach nicht präsent, sondern vergessen sind, während Tatsachen aus früherer Zeit fest haften blieben? Die Abnahme der Merkfähigkeit ist entschieden da. Es wird daher auch ausserordentlich mühsam für ältere Leute, eine neue Sprache zu lernen oder ein Gedicht auswendig zu lernen. Die neuen Eindrücke hinterlassen im Gedächtnis nicht mehr so feste Spuren, die Fähigkeit nimmt ab, neue Eindrücke festzuhalten; ich erinnere nur an das Namengedächtnis. Das Verständnis nimmt auch ab für die Interessen der Jugend; dagegen treten die Erinnerungen aus der Jugendzeit mit Kraft hervor. Der geistige Blick wendet sich mehr in die Vergangenheit. Je mehr sich die Anpassungsfähigkeit vermindert, desto grösser wird die Macht der Gewohnheit. Die zunehmende Ermüdbarkeit, das Bewusstsein der versagenden Kraft werden bisweilen schmerzlich empfunden.

Tröstlich gegen das steht das Bild vom bekannten Gelehrten Jakob Grimm, der sagt: « Wohl kommt es vor, dass Greise eine gewisse Säure annehmen wie alter Wein; aber nicht jeder alternde Wein wird sauer.» Der Hirnphysiologie Burdach schildert die Altersveränderung mit den Worten: «Der Charakter des Greisenalters besteht darin, dass das psychische Leben in sich gekehrt ist, der Verkehr mit der Aussenwelt ist gemindert.» Es ist wohl

richtig, was er sagt — die Neigung zur Stille und Ruhe wächst. Das Alter wird mehr auf sich angewiesen. Die Jugend entfernt sich einigermassen und geniesst die Freuden für sich. Weil das Vermögen, Neues aufzunehmen und Neues zu schaffen schwächer wird, sympathisiert der Greis weniger mit einer neuen Generation. Ein Hauptzug, welcher sich aus der erhöhten Innerlichkeit des Lebens ergibt, ist das Festhalten an den Resultaten des frühern Wirkens. Daher wird man gegen Neuerungen misstrauisch und leicht verleitet, die Vorzüge der alten Zeit in zu glänzendem Lichte zu erblicken.

Der heutigen Vätergeneration steht freilich eine ganz andere Jugend gegenüber als der vor einem Menschenalter. Unsere Zeit ist revolutionär, reformsüchtig, alles nur nicht patriarchalisch. Das Alter hat seinen Heiligenschein eingebüsst, es ist der Ehrwürdigkeit entkleidet. So gilt das blosse Aeltersein nicht als Legitimation des Klügersein. Solcher zeitgeprägter Radikalikmus stösst natürlich das Alter ab. Glücklich derjenige, der sich die Beweglichkeit erhalten konnte zum Umlernen und Neulernen. Soviel steht aber fest: Wenn auch die Aneignungsfähigkeit schwindet, die Urteilskraft bleibt oft ungetrübt erhalten und klar; die Handlungsweise vielleicht bedächtiger und vorsichtiger. Das alles verleiht gestützt auf die Erfahrung des Lebens dem Alter seine Bedeutung. Die Tätigkeit ist weniger durch leidenschaftliche Affekte beeinflusst und daher namentlich auf dem Gebiete des öffentlichen Lebens wertvoll. — Da ich gerade von cerebralen Funktionen spreche, muss ich ein Symptom bei den nervösen Veränderungen noch hervorheben, die Schlaflosigkeit. Die meisten alten Leute schlafen wenig. Die Schlafdauer der Menschen ist allgemein sehr verschieden. Viele brauchen, um frisch zu sein, nur fünf bis sechs Stunden. Moltke z. B. schlief nie mehr als sechs Stunden. Der grosse Philosoph Kant meinte « zuviel Schlaf lähme die Energie und verkürze das Leben ». Das Schlafbedürfnis ist in der Tat ein ganz individuelles. *Nicht* die Schlafdauer übrigens bildet das Wichtigste, sondern die Schlaftiefe. Soviel steht fest, dass ältere Leute mit wenig Schlafdauer ganz frisch sein können.

Sie erwarten vielleicht noch, verehrte Zuhörerinnen und Zuhörer, einige Ratschläge für die Bessergestaltung des Aelterwerdens. Zunächst sage ich: Es ist sicher ein Fehler, wenn die Klagen der ältern Leute abgetan werden mit der einfachen Bemerkung « das kommt eben vom Alter, da kann man nicht viel machen ». Erstens liegt darin nichts Tröstendes und zweitens stimmt es keineswegs. Vielfach können die mancherlei Bresten und Uebel erträglicher gestaltet werden durch zielbewusste Lebensführung, Lebenseinteilung, individuelle Vorschriften über die Ernährung, allgemeine Kräftigung usw. Ein Forscher stellte an die Spitze seiner Vorschläge die mahnenden Worte: Arbeit, Mässigkeit, Zufriedenheit. In diesen drei Worten liegen zweifellos die Hauptgrundsätze. Was die Körperführung betrifft steht eine den jeweiligen Verhältnissen angepasste körperliche Arbeitsleistung an erster Stelle. Der Stoffwechsel wird dadurch gesteigert, die Bewegung des Blutes in die Blutgefässe vermehrt, der Zirkulationsapparat günstig erhalten. Die Mahnung geht vornehmlich diejenigen Personen an, welche im allgemeinen eine sitzende Lebensweise führen. Im engen Anschlusse steht die Sorge für die Hautpflege, Waschungen, Bäder, gymnastische Uebungen. Im Alter müssen natürlich die Körperübungen in immer leichteren Formen sich bewegen mit Verhüten aller grosser Anstrengungen. So glaubt man die Tatsache, dass in England eine

grosse Zahl ältere frisch und kräftig aussehende Personen zu treffen sind, dass diese Tatsache der seit Jahrhunderten entwickelten Körperpflege zuzuschreiben sei.

Ein wichtiges Kapitel für gute Erhaltung ist die Ernährung, wobei Nahrungsmittel und Genussmittel in Betracht fallen. Es gilt als alte Wahrheit, dass Mässigkeit die Gesundheit fördert — aber über die notwendige Menge von Nahrung, die man in vorgerückten Jahren braucht, herrschen falsche Vorstellungen. Je mehr essen desto besser ! Diese Devise ist ganz sicher falsch, namentlich was die Fleischnahrung anbetrifft. Man braucht nicht Vegetarianer zu werden, weil das nicht jedermanns Sache ist, und weil die einseitige Verdauungsarbeit nicht jeder verträgt. Zu verneinen ist auch die Rohkost, weil sie nicht nur keine Vorteile mit Sicherheit aufweist, sondern viel eher Gefahren in sich trägt. Die Zusammensetzung der Nahrungsmittel für ältere Leute ist wohl hie und da besserungsfähig und dazu zähle ich etwelche Reduktion des Fleisches der im übrigen gemischten vernünftig zusammengesetzten Kost. Geringeres Nahrungsbedürfnis tritt sowieso oft in die Erscheinung. Die vegetarische Nahrungsform, wie die Rohkost sind dann zu voluminös und auch deshalb abzulehnen. Und nun der Alkohol ! Im allgemeinen darf gesagt werden, dass der Genuss alkoholischer Getränke viel Schaden stiftet. Aber ebenso überzeugt möchte ich behaupten, dass kleine Mengen Wein oder Bier oder Likör für viele alte Leute durch ihre anregende Wirkung nützlich sind. Wer jedoch gewohnheitsmässig erhebliche Quantitäten von alkoholischen Getränken geniesst, schädigt ganz sicher die Blutgefässe und das Nervensystem. Was ist nun eine mässige, nicht schädigende Menge Alkohol ? Die Frage ist schwer zu beantworten. Ich könnte die Dosis angeben, wie ich wollte; zwei Kategorien von Menschen wären nicht einverstanden : einerseits die Totalabstinenten und anderseits diejenigen, die gerne mehr trinken möchten.

Aehnliches gilt für den Tabak, wobei allerdings die Empfindlichkeit der einzelnen Personen verschieden ist. Manche rauchen ohne Schaden für die Gesundheit bis ins Alter hinein, andere leiden frühzeitig an Hals- und Bronchialkatarrh oder an Störungen der Herztätigkeit, speziell Zigarettenraucher. Dass Alkohol und Tabak ungünstig auf die Arterien einwirken, habe ich früher erwähnt.

Endlich die dritte Variante der Ratschläge jenes vorher genannten Forschers : Die Zufriedenheit. Innere Ruhe und Stetigkeit wirken erhaltend auf den Körper. Oft krönen eine heitere Stimmung und eine weise Resignation den letzten Zeitraum des Lebens. Wir müssen ein offenes Herz behalten für alles Grosse und Gute. Wir wollen nicht — da wir selber ja auch einmal jung waren — wir wollen nicht aus Missmut darüber, dass wir alt werden in Selbstsucht erstarren. Das ist alles nichts Neues, verehrte Zuhörerinnen und Zuhörer, es sind alte, ewige Wahrheiten, die auf der Strasse liegen; aber man geht so leicht achtlos an ihnen vorbei. So wünsche ich allen Leserinnen des « Zentralblattes » zum Schlusse ein schönes Adagio der Lebenssymphonie durchleben zu können.

Gedenket der schweizerischen Brautstiftung!

Einzahlungen erbittet man auf **Postcheck Nr. IX 335, Schweizerische Brautstiftung, St. Gallen.**

Aus schweizerischen Frauenkreisen.

Zur Hausdienstlehre.

Die Hausdienstkommission in Bern gibt den *Hausdienstlehrmeisterinnen* folgende Wegleitung :

Das seit Jahren bestehende Hausdienstlehrwesen hat sich nach und nach zu einer Einrichtung grösseren Umfangs entwickelt. Hausdienstkommission und Hausdienstlehrmeisterinnen haben Erfahrungen gesammelt und das Lehrwesen immer weiter ausgebaut. Der Dank für das, was wir bis heute erreichten, gebührt in erster Linie denjenigen Hausfrauen, welche von Anfang an an das Hausdienstlehrwesen glaubten und sich als Pionierinnen in den Dienst der Sache stellten. Ihnen verdanken wir es, wenn durch das Hausdienstlehrwesen der Beruf gehoben wird und wenn ihm immer wieder neue, vorgebildete Kräfte zugeführt werden.

Aber noch ist vieles zu tun. Gestützt auf die Erfahrungen bei den Prüfungen wurden einige Leitsätze für das Lehrwesen zusammengefasst. Sie werden jeder Lehrmeisterin als Wegleitung für ihre Arbeit an den jungen Mädchen übermittelt.

1. Die Hausdienstlehrmeisterin anerkennt mit der Annahme einer Lehrtochter die Bestimmungen des Lehrvertrages und unterzieht sich denselben. Sie ist sich bewusst, dass sie eine *Lehrtochter* aufgenommen hat, die sie systematisch in alle Arbeiten einführen muss.

2. Jede Arbeit soll der Lehrtochter erklärt werden. Nur wer das « warum » einer Arbeit kennt, wird sich die richtige Ausführung angelegen sein lassen.

Einige Beispiele mögen das Gesagte erläutern : « Warum klopft man Teppiche auf der linken Seite ?, warum wird das Bettzeug nicht zu sehr der Sonne ausgesetzt ?, warum wird gestrichenes Holz nicht mit heissem Wasser gewaschen ? » usw. Die gleichen Erklärungen müssen auch beim Kochen gemacht werden.

3. Die Lehrtochter soll angehalten werden, ihre Arbeit auch zeitlich zu prüfen. Sie soll wissen, für die und die Arbeit steht mir so und so viel Zeit zur Verfügung.

4. Soll auch dem praktischen Teil der Lehre (hier also für die Arbeit im Haushalt) ein Plan zu Grunde liegen. Ein solcher ist eingeteilt in Tages- und Wochenarbeit. Er erspart viel Zeit, Erklären und Aerger. Die Lehrtochter muss wissen, « ich habe täglich die und die Arbeit zu tun », « ich habe an dem und dem Tag die und die Extra-Arbeit auszuführen ».

5. Müssen die Lehrtöchter viel mehr als es bisher geschah, zum selbständigen Arbeiten angehalten werden. Dazu hilft in erster Linie der oben erwähnte Arbeitsplan. Die Lehrmeisterin soll ihrer Lehrtochter Führerin sein und nur im Anfang jede Arbeit *vorbildlich* der Lehrtochter erläutern. Wir wissen, dass dadurch hier und dort etwas falsch herauskommen wird, aber die Lehrtochter lernt gerade an der zuerst unrichtig ausgeführten Arbeit am meisten.

Vor allem machte sich bis jetzt bei vielen Lehrtöchtern Unselbständigkeit im Kochen und im richtigen Bettmachen geltend. « Die Hausfrau lässt mich da nicht allein arbeiten », lautete gewöhnlich die Antwort auf unsere Frage nach dem Mangel an Selbständigkeit. Besonders die Lehrtöchter ausserhalb der Stadt Bern versagen im selbständigen Kochen.

6. Für die Lehrtöchter in Bern sind die Kurse für Hausdienstlehrtöchter obligatorisch. Jede Lehrtochter hat deren drei zu besuchen.

Auswärtige Lehrtöchter sollen angehalten werden, die sich heute fast überall bietenden Hauswirtschafts- und Nähkurse zu besuchen.

Wir meinen durchaus nicht, dass eine Tochter nach einem Jahr Lehre eine fertige Hausangestellte sein kann, aber sie muss eine gute Grundlage erreicht haben.

Die Freude an einer Arbeit und das Interesse für deren Gelingen wird ganz auffällig geweckt, wenn der Lehrtochter Vertrauen in ihr Können entgegengebracht wird.

Die Lehrtöchter werden von der Hausdienstkommission in Verbindung mit den Lehrerinnen der Kurse und der Berufsberatung immer wieder an ihre Pflicht gegenüber den Lehrmeisterinnen erinnert, so dass bei allseitiger Zusammenarbeit immer bessere Lehrresultate erhofft werden dürfen.

Gleichzeitig mit der Wegleitung an die Lehrmeisterinnen veröffentlicht die Berner Hausdienstkommission *einen Lehrplan für die Kurse der Hausdienstlehrtöchter.* Derselbe erstreckt sich auf Kurse für Bügeln und Handarbeiten für Anfängerinnen und Vorgerüyktere. Allen diesen Kursen ist *Lebenskunde* als wichtiges Fach angegliedert. Interessieren dürfte besonders das Schema für den *Unterricht in Lebenskunde,* der sich auf folgende Gebiete erstreckt :

Von der Notwendigkeit der *Selbsterziehung* zu Selbstbeherrschung. — *Körperpflege :* Die tägliche Reinlichkeitspflege, Hautpflege, Handpflege, Haarpflege und Zahnpflege. Die *Ernährung.* Das eigene Zimmer. Das Bett, Haarkämme und -bürsten. — *Kleidung :* Persönlichkeitswert in der Kleidung, Unterkleidung, Wäschewechsel und Aufbewahrung der Wäsche, Oberkleidung. Das Einkaufen der Kleider. — *Verkehr mit den Mitmenschen :* Das Benehmen in der Familie, bei Tische, für Angestellte in den Stellen. Haltung und Sprache. Auf der Strasse, im Tram, in Gesellschaft mit andern. — *Die freie Zeit :* Bücher, Naturfreude, Vergnügungen, Weiterbildung, Freundschaften. — *Die Arbeit :* Lebenswert durch Arbeit. Zeiteinteilung. Das selbstverdiente Geld. Das Ausgabenbuch. — *Der Alkohol :* Seine Wirkung auf Körper und Geist. Verantwortung. Abstinenz. — *Tuberkulose :* Ursachen und Wirkungen. Vorbeugung. Heilung. — *Unfälle :* Ursachen und Verhütung. Wichtige Verkehrsregeln. Erste Hilfe bei Unfällen. — *Säuglings- und Kleinkinderpflege :* Wichtigkeit richtiger Säuglingspflege. Das Kind. Die Pflegerin. Ernährung. Körperpflege. Das Bett. Das Bad. Der Wickel. Die Kleidung. Die Pflege im Kindesalter : Körperhaltung, Reinlichkeitspflege, Ernährung, Bewegung und Ruhe. Kleidung, Gewöhnung und Erziehung. — Der Stoff verteilt sich — je nach der Fähigkeit der Klassen — auf drei Kurse.

Mein Hergiswil.

An des Pilatus Felsenwand
Schmiegt mein kleines Dorf sich traut,
Wie ein Kind an Vaters Hand,
Wenn es in die Ferne schaut.

Oben grüsst nach Eis und Schnee,
Roter Alpenrosen Glut.
Unten träumt der stille See
Herr, wie ruht mein Dorf so gut!

Herdgeläut und Hirtenschlag,
Frohe Jauchzer aus der Brust,
Sorg' und Mühe jeden Tag,
Gibt erneute Schaffenslust.

Wille fest und Stirn gebräunt,
Ist des schlichten Kleides Zier.
Gleich dem Fels, der es umzäunt,
Wohnt ein starkes Völklein hier.

Arbeit hält die treue Hut,
Ist der Quell, der freudig fliesst.
Arbeit ist's und froher Mut,
Was den fremden Wandrer grüsst.

Schütze, Gott, mein stilles Tal
Und sein heimatlich Gefühl.
Segne es viel tausendmal
Mein geliebtes Hergiswil!

Aus « Gedichte von Brigitta Zgraggen, Hergiswil-Nidwalden », Verlag Eugen Haag, Luzern.

An die Sektionspräsidentinnen!

Die Sektionen, welche ihr ***Mitgliederverzeichnis*** *noch nicht eingesandt haben, werden dringend ersucht, es möglichst rasch an die Zentralkassierin,* ***Frau Dr. Langner, Solothurn,*** *zu senden.*

Gemeinnützige Schweizerfrauen, traget zum Gedeihen des „Zentralblatt" bei, durch Abonnement und Mitarbeit, damit es stets das feste Band bilden kann, das Sektionen und Mitglieder unseres Vereins zusammenhält!

Berücksichtigt unsere Inserenten!

Kathreiners Kneipp Malzkaffee

Das billige Volksgetränk! ½ Kilo Paket nur 80 Cts.

Volkshaus in der Ostschweiz

sucht

jüngere Hausbeamtin

welche das Kochen übernimmt.

Küchenpersonal vorhanden.

Schriftliche Anmeldungen befördert die Expedition d. Bl. unter Nr. Z. 958.

Blumentage

Künstliche Ansteck-Blumen für Wohltätigkeitszwecke

Muster zu Diensten

Paul Schaad, Kunstblumenfabrik

Weinfelden

Haushaltungsschule — Ecole ménagère vaudoise

Chailly ob Lausanne

(vom Schweizer. gemeinnützigen Frauenverein gegründet)

Beginn der Kurse 1. Mai u. 1. November

Prospekt und Referenzen durch die Direktion

„Friedheim"

Weinfelden

Privatinstitut

für geistig u. körperlich zurückgebliebene Kinder. Gründlicher Unterricht. Vielseitige, praktische Betätigung. Familienleben. Prospekt.

Besitzer u. Leiter: E. Hotz.

Solbad Bienenberg

ob Liestal Berner Jura

Ein Ideal für **Bad- und Luftkuren** in Wald- u. Höhenluft. Prächt. aussichtsr. gesch. Lage inmitt. gr. Park u. Wälder. 1200 m² Frontterrassen, off. u. ged., mit wunderv. Fernsicht.

Sol- und Kohlensäurebäder (wie Rheinfelden

Vorzügl. Pension Fr. 8. Prospekte gr. Vorteilhafte Familien- u. Wochenendarrangements.

Wenn die Füße sich wohl fühlen, fühlt sich der ganze Mensch wohl!

Prothos-Schuhe

sind in vielen Formen und Ausführungen einzig für Ihr Wohlbehagen geschaffen. Probieren Sie einmal Prothos-Schuhe, sie werden Ihnen gefallen! Den Katalog und die Adresse der nächsten Verkaufsstelle senden wir gerne.

Prothos A.-G.
Oberaach im Thurgau

Rheinfelden

Soolbad Hotel Krone

Vorzügliche Heilerfolge bei Frauen- und Kinderkrankheiten, Herz- und Nervenleiden, Gicht und Rheumatismus, Blutarmut und Rekonvaleszenz

Pensionspreis von Fr. 11 an. Der Besitzer: *J. V. Dietschy.*

Privatpension Villa Sarnia

San Nazzaro

am Langensee (Tessin)

Prächtige, staubfreie, ruhige Lage. Schöne Zimmer. Beste Butterküche. Abwechslungsreiche Spaziergänge. — Prospekte bereitwilligst durch **Familie Zundel**

Töchterpensionat Neuchâtel, Côte 81

Unterricht im Hause oder in den Schulen

Dir.: Frl. Meyer & Wanzenried.

✠ Patent Nr. 112.600

„Atalante“

gestricktes Corselet

praktisch, schmiegsam, leicht waschbar

Nur echt mit der „Schwan“-Fabrikmarke

Alleinige Fabrikanten:

Ryff & Co. A.-G., Strickwarenfabrik, Bern

Fabrikniederlagen:

Kornhausplatz 3 u. Gurteng. 3, Bern

„Lama“, Neuengasse 44, BIEL

Tricosa A.-G., Rennweg 12, ZÜRICH

Chaletfabrik

Winckler & Cie. A.-G.

Freiburg

Chalets aller Arten von den einfachsten bis zu den luxuriösesten — Ferienhäuser — Bungalow — Kioske usw.

Prima Referenzen zur Verfügung

Verlangen Sie *gratis* Prospekte

Verlangen Sie stets als bestes

Putzpulver

„SIMA"

in schönen Streudosen verpackt

zum Scheuern aller Gebrauchsgegenstände in Haushaltungen, Hotels, Restaurants Gewerbe und Industrie

Reklamepackungen gratis

SIA

Zürich, Bahnhofstrasse 110

Mieten Sie einen „Recofix"

zu nur Fr. 3 per Monat, wobei er nach 8 Monaten Ihr Eigentum ist. Mit dem „Recofix" können Sie backen, braten, kochen, ganze Mahlzeiten auf einer Flamme zubereiten, bei grösster Zeit- und Brennstoffersparnis. — Verlangen Sie sofort einen „Recofix" für eine Woche gratis zur Probe. Prospekte durch die

„Recofix"-Zentrale
Rötelstrasse 29, Zürich 6

Pension
Lutzelmatt
Luzern

Sonnige, aussichtsreiche Lage. Gute Küche. Heimelige Zimmer. Schöner Garten.

Freundliche Bitte an die Leserinnen,

bei allen Aufragen und Bestellungen auf das „Zentralblatt" Bezug zu nehmen.

Abonnemente auf das „Zentralblatt" nimmt entgegen die Buchdruckerei Büchler & Co. Bern

KLEIDERSTOFFE

in den letzten Neuheiten beziehen Sie vorteilhaft

direkt ab Fabrik

Verlangen Sie Muster!

Tuchfabrik Schild A.-G., Bern

Einfaches Ferienheim
in
Jufers (Graub.)

nimmt von Juni an **Frauen und Töchter** zu bescheidenen Preisen auf.

Schw. **Clara Lerhner.**

La Renaissance
Töchter-Pensionnat

Ste Croix, Waadt (Schweiz)

Berg-Aufenthalt, 1100 m ü. M., Sports. Prospekte u. Referenzen.

Das
Frauen-Erholungsheim
des **Zweigvereins Oberaargau** des **Roten Kreuzes**
auf dem aussichtsreichen
Hinterberg bei Langenthal

vollständig gemeinnütziges Institut, nimmt erholungsbedürftige Frauen und Töchter, ohne Rücksicht auf Nationalität und Konfession, unter günstigen Bedingungen auf. — Schöne Parkanlagen und angrenzende ausgedehnte Waldungen. — Pensionspreis, je nach Zimmer, Fr. 4 bis Fr. 6.50 pro Tag. Prospekt verlangen. Telephon Nr. 201.

Englisch in 30 Stunden

geläufig sprechen lernt man nach interessanter und leichtfasslicher Methode durch briefl. **Fernunterricht** mit Aufgaben-Korrektur. Erfolg garantiert. 1000 Referenzen. **Spezialschule für Englisch „Rapid" in Luzern Nr. 746.**

Prospekte gegen Rückporto.

Prächtiges Haar
durch
Birkenblut

es hilft, wo alles andere versagt. Mehrere taus. lobendste Anerkennungen und Nachbestellungen. Heilt sicher **Haarausfall, Schuppen, kahle Stellen, spärliches Wachstum, Grauwerden.** Grosse Flasche Fr. 3.75

Birkenblut-Brillantine ermöglicht schöne Frisur, verhindert das Spalten u. Brechen der Haare. Preis Fr. 1.50 und 2.50.

Birkenblut-Shampoon, der beste z. Kopfwaschen. 30 Cts.

In Apotheken, Drogerien u. Coiffeurgeschäften, Alpenkräuterzentrale am St. Gotthard, Faido.

Verlangen Sie Birkenblut.

Chem. Waschanstalt & Kleiderfärberei
Pedolin
Chur

„La Roseraie" ob Coppet (Genfersee) Haushaltungs-Schule

Direktion: Frau Dr. Rittmeyer

Herrliche Lage. — Park. — Gründliche Erlernung aller Zweige des Haushaltes. — Sprachen. — Sport. — Ferienaufenthalt. — Referenzen.

Inserate im „Zentralblatt" haben Erfolg!

Tit. Schweiz. Landesbibliothek, Bern

Persil

Schanzengraben 7
ZÜRICH 2

Zürcher Mütterberatungsstellen.

Für die Frauen unserer 10 Beratungsstellen ist die Kenntnis einer vernünftigen, Kräfte und Gesundheit schonenden Waschmethode sehr wichtig. Die Besorgung des Säuglings, des Haushaltes und der Kinderwäsche stellen an die Kräfte einer Frau nach dem Wochenbett grosse Anforderungen, und häufig ist dadurch in den ersten Wochen nach der Heimkehr aus der Klinik die Weiterdauer des Stillens des Säuglings gefährdet. Wir sind deshalb glücklich, den Frauen den Gebrauch von

Persil

empfehlen zu können sowohl zur Säuglingswäsche (Windeln, Hemdchen, Schlüttli) als auch für die Besorgung der allgemeinen Hauswäsche. Bei der Persil-Methode fallen das lange ermüdende Stehen und das die Wäsche schädigende Reiben dahin.

Für die Wollwäsche, die nicht gekocht werden kann (Schlüttli, Wolldeckeli), ist Persil unentbehrlich, da es nach dem Gutachten von Herrn Dr. von Gonzenbach, Professor am Hygiene-Institut der E. T. H. in Zürich, eine intensiv desinfizierende Wirkung ausübt (vergl. «Schweizerische Zeitschrift für Gesundheitspflege», 4. Heft, VII. Jahrgang 1927), was bei ansteckenden Kinderkrankheiten von hoher Bedeutung ist.

Auch in unsern ärztlich geleiteten Säuglingspflegekursen führen wir im praktischen Teil die Anwendung von Persil vor.

ZÜRICH, im November 1927.

Frau Maria Huber-Sturzenegger
Vorsteherin
der Zürcher Mütterberatungsstellen.

HENKEL & CIE
BASEL

D 208

FÜR SÄUGLINGSWÄSCHE

Redaktion: Julie Merz, Bern. — Verlag: Schweizer. gemeinnütziger Frauenverein.
Druck und Expedition: Buchdruckerei Büchler & Co., Bern.