

Objektyp: **Issue**

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

Band (Jahr): **78 (1990)**

Heft 6

PDF erstellt am: **13.07.2024**

### **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.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>



**SGF-Jahresversammlung**

**Sektionen bezahlen mehr**

**Frau und Familie**

**Sind Männer ewige Kinder?**

**Gesundheit**

**Tips gegen Heuschnupfen**

Die Ballettschule Langenthal erntete mit ihren Darbietungen grossen Applaus an der SGF-Jahresversammlung.

(Bild: Margrit Kohler)

## Spitex-Kongress in Zürich

Der SGF wird mit einem Informationsstand an der Ausstellung anlässlich des Spitex-Kongresses vom 7./8. September in Zürich vertreten sein. Ein detailliertes Programm mit Anmeldekarte kann beim Kongress-Sekretariat, U. Keller, Kirchstrasse 14, 8135 Langnau, bezogen werden.

Bitte Anmeldeschluss vom 31. Juli nicht verpassen!

Nähere Angaben folgen im ZENTRALBLATT Nr. 7/8. Weitere Auskünfte gibt aber auch gerne Marlies Knecht, Spitex-Kommission (Telefon 071 22 39 36).

# MEINE MEINUNG



## Männer

Haben Sie sich schon einmal überlegt, was Sie schreiben würden, wenn man Ihre Meinung über Männer wissen möchte? Ich bitte Sie, tun Sie es, und Sie werden sicher genau wie ich feststellen, dass es eine schwierige Aufgabe ist, die differenziert angepackt werden muss. Doch gut tut es alleweil, über Männer nachzudenken...

Es gibt Begegnungen mit Frauen, bei denen ich mich wohl und verstanden fühle. Ihre Art, ihre Gefühle, ihre Ausdrucksform sprechen mich an und das gegenseitige Sichverstehen tut wohl.

Hier in diese «Frauengefühlswelt» (die nie und nimmer klar umschrieben werden kann) mögen und können die Männer nicht eindringen. Hier, wo wir mit Gefühlen argumentieren, manchmal zu wenig realistisch sind, und wir rein intuitiv auf Lösungen kommen, die den Mann verständnislos und kopfschüttelnd «draussen» stehenlassen.

Dazu auch gleich meine Bitte an die Männer: lasst uns «unsere» Welt, Utopien und Träume! Versucht es nicht, uns in Euer Denken und Handeln hineinzu-zwängen: gebt uns die Chance, uns selber zu bleiben!

Während unseres Lebens begegnen wir vielen Männern, die in unser Leben gehören und zu denen wir nahe, nähere und nächste Beziehungen haben: zum Vater, Ehemann, Bruder, Geliebten, Sohn, Arbeitskollegen, Kamerad, Freund, Arbeitgeber/-nehmer, Parteikollegen usw. Jedem dieser Männer begegnen wir anders: Wir lieben sie, sie nerven uns, sie helfen uns, sie ärgern uns, sie gehen auf uns ein, sie akzeptieren

uns nicht, sie über- oder unterschätzen uns.

Es gibt «ihn» so wenig wie es «sie» gibt: den Mann, die Frau. Wie er uns begegnet und ob er uns als gleichberechtigte Partnerin akzeptiert, liegt oftmals an uns Frauen, indem wir lernen müssen, ihm mit selbstverständlicher Gleichberechtigung gegenüberzutreten.

Ich spreche aber auch die Erziehung unserer Söhne an. Wir Frauen haben es in der Hand, im Familienleben die Kameradschaft, Anerkennung und Wertschätzung des Partners und vor allem Toleranz vorzuleben.

Die Männer leben seit Generationen in einer Welt des Zwangs, Machens, Müssens. Dies hat sie geprägt. Viele von ihnen sind abgestumpft, müde und haben keine Zeit (und Lust?) mehr, sich an alltäglichen Kleinigkeiten zu freuen. Doch dies täte ihnen und unserer Welt gut.

Karin Mercier

*Karin Mercier*

## Offen für 24mal mehr Träume!



Wir haben um- und ausgebaut:  
Im Herzen Zürichs können Sie wieder angenehm träumen in komfortablen Räumen. 15 zusätzliche neue Zimmer sind bezugsbereit.

Nur ein paar Gehminuten von Zürich HB, Universität, ETH, Einkaufs- und Geschäftszentren und See.

Das Hotel Garni mit Vierstern-Ausstattung zu Mittelklass-Preisen.



Zähringerstrasse 43, 8001 Zürich  
Telefon 01-251 54 26  
Fax 01-261 21 59, Telex 81 6037



**4** Die Jahresversammlung in Langenthal ist rundum gelungen: mit selbstgebastelten Bäumchen auf den Tischen, mit einer Schnitzelbank für den SGF-Vorstand, mit interessanten Voten am Tag und lustigen Darbietungen am Abend. Zentralpräsidentin Regula Ernst leitete gekonnt selbst schwierige Abstimmungen.

**8** Wenn einer Frau etwas fehlt... Seitenhiebe auf die lieben Ehemänner, die nie ganz erwachsen werden. Im Gespräch mit der Künstlerin Sybille Birkenmeier.

**10** Haben Sie schon mal ein Segelschiff zum Picknick gegessen? Oder einen Frosch? Lesen Sie, wie man mit etwas Phantasie und den üblichen Zutaten lustige Brötchen machen kann.

**12** Wenn Jahresversammlungen stattfinden, ist manchmal auch ein Wechsel an der Spitze der Sektion angesagt. Ein Bericht aus Nidau über einen Abschied in langen Unterhosen.

**14** Leiden Sie an Heuschnupfen? Hier einige Tips – mit Tees, Aromatherapie und Fussreflexzonenmassage.

## Mit bestem Dank...

Möglich, dass Sie ihn etwas «trocken» finden, meinen Bericht über die Jahresversammlung in Langenthal auf den Seiten 4–7. Das liegt allerdings nicht etwa daran, dass ich am morgen jenes Tages, an dem mich die Muse hätte küssen sollen, mit dem linken Fuss (für Abergläubische) oder mit einer schlechten Laune aufgestanden wäre...

Dies einmal vorausgesetzt, verrate ich Ihnen gerne, weshalb ich textlich zum Beispiel nicht näher auf die gelungenen Abenddarbietungen, die uns die Langenthaler Gemeinnützigen als Überraschung organisiert haben und die auch auf der Titelseite dieser Nummer zum Tragen kommen, eingegangen bin: Es gab zuhauf wichtige Traktanden, über die Sie, liebe Zentralblatt-Leserin und -Leser, ebenso gerne informiert sind.

Umso lieber ergänze ich hier einige persönliche Eindrücke zur SGF-Veranstaltung. Ich bin immer wieder erstaunt, was eine Sektion (diesmal Langenthal), ein gut eingespieltes Organisationsteam und geübte Frauenhände alles zu tun vermögen: rund 1400 lilafarbige Stoffblumen wurden «in Form» gebracht für über 50 kleine Bäumchen, die die Tische in der Tennishalle Dreilinden schmückten; und 60 Töpfchen Katzensgras (manchmal braucht es nur etwas Phantasie!) wurden in 8 Tagen auf die gewünschte Höhe gebracht (das Wachstum wurde vorher einige Male geübt).

Dass auch Ehemänner von engagierten SGF-Frauen sich um einen Beitrag nicht drücken, hat mir (stellvertretend für viele andere) Alfred Mathys bewiesen. Der Ehemann von Ursula Mathys, Vorstandsmitglied der Langenthaler Sektion, hat die ganze Mikrofon-Anlage aufgebaut und während den zwei Versammlungstagen betreut. Vorbildlich, würde ich meinen, und dies in zweifacher Hinsicht: Zum ersten, weil er zeigte, dass «mann» auch im Hintergrund arbeiten kann – und damit auch Zeichen setzte für all jene Ehemänner, die die freiwilligen Einsätze ihrer Frauen noch zu wenig unterstützen; zum zweiten aber auch, weil so auch die Akustik in Langenthal stimmte.



Mit bestem Dank an Langenthal,

Sandra Lo Curto-Istafanous

### Korrigenda

In unserer Kolumne «Meine Meinung» vom Mai hat sich leider ein Fehler eingeschlichen. Es sollte beim Autor richtigerweise heissen: François Loeb, Delegierter des Verwaltungsrates der Loeb AG und Nationalrat (fdp).  
Die Redaktion.

SGF-Jahresversammlung in Langenthal

## Die Mehrheit war für 1.50

Die 102. SGF-Jahresversammlung ist am 8./9. Mai über die Bühne. Gastgeberinnen waren dieses Jahr die Langenthalerinnen, die keine Mühe scheuten, um die Halle des Tenniscenters «Dreilinden» in einen gemütlichen Tagungsort zu verwandeln. Die über 700 anwesenden Frauen wurden denn auch mit einem lustigen Rahmenprogramm verwöhnt. Wichtigster Diskussionspunkt blieb am ersten Versammlungstag die geplante Erhöhung der Beiträge von bisher 80 Rappen pro Mitglied auf neu 1.50 Franken gemäss dem Vorschlag des Zentralvorstandes.

Sandra Lo Curto

«**A**us der ganzen Schweiz sind wir heute zusammengekommen, weil wir gemeinnützig tätig sind.» Mit diesen Worten begrüßte Verena Arn, Präsidentin des Gemeinnützigen Frauenvereins Langenthal, die über 700 Delegierten, die der Einladung ihres Dachverbandes, des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins (SGF), folgten. «Ähnliche Ziele und Ideale verbinden uns», fuhr die Langenthaler Präsidentin fort; «dadurch entsteht Gemeinschaft. Und dieses Gefühl stimmt mich glücklich.»

### Ohne Leni Robert

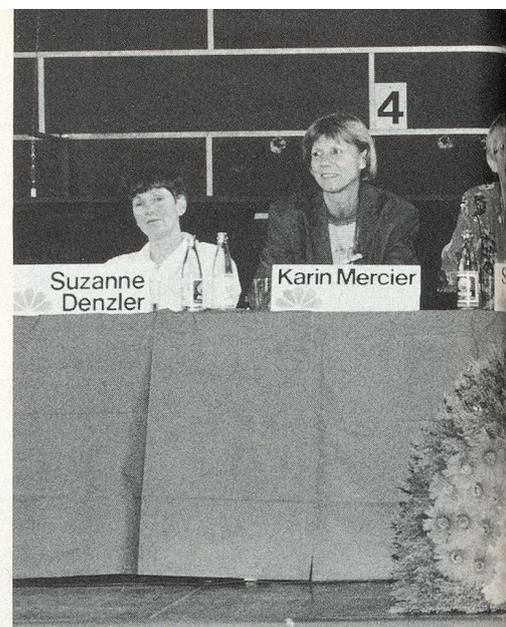
Gleich zu Beginn der Jahresversammlung musste Zentralpräsidentin Regula Ernst-Schneebeli (Muri/Bern) die enttäuschende Nachricht überbringen, dass die Berner Regierungsrätin und Erziehungsdirektorin Leni Robert der SGF-Veranstaltung nicht wie geplant beiwohnen werde. Ihre kurzfristig erfolgte Absage ist im Zusammenhang mit den zwei Wochen zuvor erfolgten Wahlen im

Kanton Bern, bei denen die Politikerin überraschend abgewählt wurde, zu sehen. Dass Frau Leni Robert ihren letzten Monat in der Regierung mit Aufräumarbeiten verbringen wolle und deshalb nicht unter den SGF-Frauen weilen konnte, dafür habe der SGF volles Verständnis, erklärte Regula Ernst.

Nach Abnahme der Protokolle der Jahresversammlung 1989 in Steffisburg und der a.o. Delegiertenversammlung vom 7.11.1989 in Baden hielt die Zentralpräsidentin in ihrem Rückblick das Geschehen im SGF fest, lenkte die Aufmerksamkeit aber auch über die eigenen Belange hinaus. An die Umwälzungen in Osteuropa erinnernd und mit Blick auf innenpolitisches Geschehen bemerkte Regula Ernst, «der SGF hat sich schon immer zu den demokratischen Einrichtungen unseres Staates bekannt und wird sich zur Erhaltung derselben auch in Zukunft einsetzen.»

### Spitex: wichtiger denn je!

An Aufgaben werde es den Gemeinnützigen Frauen nie mangeln, so Regula Ernst. Mit einigen Stichworten umriss



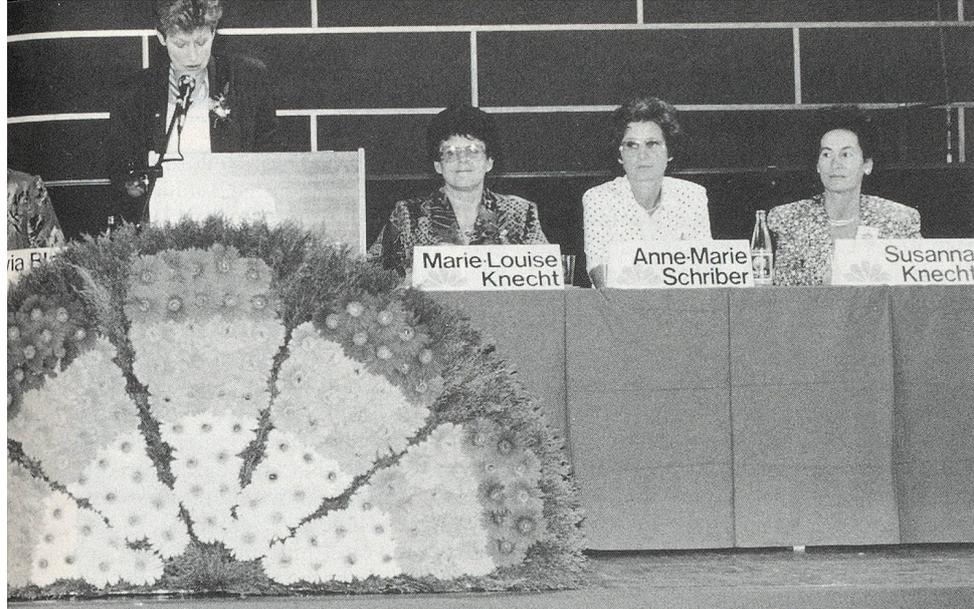
sie, was heute ansteht: Neue Armut, Überalterung in der Bevölkerungsstruktur, alleinerziehende Mütter/Väter, Drogensucht, Asylanten, Umweltbelastung, Konsummentalität und so weiter. Nicht zu vergessen ist dabei die Spitex – ein Begriff, «der im Brennpunkt des allgemeinen Interesses steht und als neue Errungenschaft behandelt wird». Regula Ernst erinnerte daran, dass diese Dienstleistungen in der Altersbetreuung und -pflege seit Jahrzehnten von freiwilligen Helferinnen erbracht werden, dass sie jedoch heute mancherorts «drohen, den Händen der Frauenvereine zu entgleiten». Regula Ernst: «Es ist notwendig, dass sich Sektionspräsidentinnen und verantwortliche Ressortleiterinnen bei den Behörden zu Wort melden, wenn für die Spitex-Dienste sogenannte Koordinationsstellen geschaffen werden. Eine Zusammenarbeit, auf den gewachsenen Strukturen aufbauend, kann nur zum Nutzen der Vereine, der Allgemeinheit und zum Wohle der Betroffenen sein.»

Auch wies die SGF-Zentralpräsidentin darauf hin, dass der SGF dieses Jahr zwar nicht an der Muba in Basel, wohl aber an der BEA in Bern mit einem Stand präsent sein wird (vom 18.–28. Mai, Berichterstattung in der Juli/August-Ausgabe, die Red.).

Beim nächsten Traktandum ging es um die Finanzen: Wie Quästorin und Vorstandsmitglied Sylvia Blank erläuterte, schliesst die Zentralkasse mit einem Defizit von etwa 17 000 Franken; dieses «Loch» wäre um rund 45 000.– grösser, wenn es nicht teilweise durch



*Sechs neue Sektionen wurden im SGF aufgenommen. Hier zwei Sektionspräsidentinnen beim Anknüpfen ihrer Fahnen (rechts im Bild Frau Gloor, Riehen BS).*



Nach einem halben Jahr als ad-interim-Präsidentin und einem weiteren halben Jahr als Präsidentin des SGF hielt Regula Ernst (am Rednerpult) an der DV in Langenthal einen ersten Rückblick, informierte auch über bevorstehende Aufgaben und betonte wiederum die Wichtigkeit eines gut eingespielten Teams im Vorstand. (Bild: Margrit Kohler)

die Zinserträge aus dem Sonnenhaldefonds gestopft worden wäre. Die Ausgaben seien 1989 höher ausgefallen – nicht zuletzt auch wegen dem unerwarteten Präsidentin-Wechsel. Die verschiedenen Jahresrechnungen 1989 wurden von der Versammlung genehmigt, den Revisoren wurde Décharge erteilt.

## Zu hoch oder zu niedrig?

Mit dem Thema Finanzen war man denn auch beim «heissen Thema» dieser Jahresversammlung: die bereits im letzten Jahr angekündigte Erhöhung der Mitgliederbeiträge. Gemäss der Zentralpräsidentin ist der SGF als Dachverband weder «ein riesiger technischer Apparat», wie einige Frauen glauben, noch «eine gutfunktionierende Drehscheibe mit festem Sekretariat und juristischer Beratung», wie es sich andere vorstellen. Eine Erhöhung der Beiträge pro Mitglied dränge sich jedoch auf, um die Arbeit im Zentralvorstand zumindest weiterführen zu können. Es wurde daran erinnert, dass den Vorstandsmitgliedern nur die Reisespesen vergütet werden, dass ein Tagungsort im Zentrum von Zürich vom Ehemann eines Vorstandsmitgliedes kostenlos zur Verfügung gestellt wird, dass die Sekretärin ihren Computer selbst finanzierte und so weiter.

Zwischen 1983 und 1989 seien zwar die Beiträge von 53 000.– auf 75 000.– angestiegen (wegen Eintritt neuer Sektionen, die Red.), aber die Aufwendungen hätten sich in der gleichen Zeit praktisch verdoppelt – von 71 000 auf

149 000 Franken. Vor allem die administrativen Kosten (Telefon, Porti usw.) seien massiv hinaufgegangen!

Während der Zentralvorstand für eine Erhöhung von bisher 80 Rappen/Mitglied auf Fr. 1.50 eintrat, wurden aus der Saalmitte verschiedene Anträge gestellt:

- **Büren a.A.:** Die Sektion Büren an der Aare fand den Vorschlag des ZV übertrieben und schlug vor, nur auf Fr. 1.20 zu erhöhen;
- **Bischofszell TG:** Verschiedene Einwände machte auch die Sektion Bischofszell geltend, die eine Erhöhung auf maximal Fr. 1.– wünschte;
- **Uster:** Seit Jahren zahlt die Sektion Uster *freiwillig* Fr. 1.65 an den Dachverband, seit 2 Jahren hat sie ein Sekretariat. Deshalb stellte sie den Antrag, noch höher zu gehen als der Zentralvorstand und die Beiträge auf Fr. 1.80 zu erhöhen; Frau Stauffer als Präsidentin der Sektion Steffisburg unterstützte den Antrag aus Uster. Frau E. Mühlethaler, Präsidentin der Sektion Brugg, war hingegen der Meinung, es sei keine Erhöhung zu beschliessen bis eine Betriebsanalyse durchgeführt werde; dieser Rückweisungsantrag kam aber zu spät und wurde deshalb nicht behandelt.

Zwei Eventual- und eine Schlussabstimmung waren nötig, nämlich:

- Die Erhöhung der Beiträge von bisher 80 Rappen auf neu Fr. 1.– (Variante Bischofszell) oder Fr. 1.20 (Variante

## Stunde der Sektionen

«Schon ziemlich lange ist es her, da stellte man *die* Flasche her in unsrer schmucken, kleinen Stadt, wo's wunderschöne Riegelhäuser hat.

Da gibt's, sofern den Angaben ist zu trauen, nebst 150 Clubs den Verein der gemeinnützigen Frauen.

Neutral und unabhängig will er sein, von niemandem sich lassen reden drein.

Doch eines Tages, es geschah, alles lief rund und fein, bis da dass das Fernsehen DRS uns stürzte in ein grosses Dilemma:

Der SGF feierte sein 100jähriges Bestehen;

Grund genug für diverse Sendungen im Fernsehen.

Das Schaffen eines so aktiven Vereins sollte im «Treffpunkt» zu zeigen sein. Mit Redaktorin und mit Kameramann besprachen wir und filmten dann.

Der Streifen ward fertig, zum Senden bereit, jedoch, dem Ganzen fehlte eine Kleinigkeit.

«Nein», sagte Frau Anker, «solche Sachen dürft Ihr, ohne dem SGF anzugehören, gar nicht machen.»

Damit der Film nicht kam unter Zensur

bestand für uns eine Möglichkeit nur: Erst um Mitgliedschaft uns zu bewerben,

nur so durfte dann doch noch gesendet werden.

Uns so geschah's, seit einem Jahr gehören wir auch zu dieser illustren Schar.»

*Gemeinnütziger Frauenverein Bülach*

Büren a.A.); die Mehrheit sprach sich für Fr. 1.20 aus.

- Eine Erhöhung auf Fr. 1.20 oder auf Fr. 1.80 (Variante Uster); mit einer Mehrheit von 313:127 Stimmen sprachen sich die Delegierten für Fr. 1.20 aus.

- In der Schlussabstimmung wollte die grosse Mehrheit weitergehen als bloss auf Fr. 1.20 und stimmte dem Vorschlag des Zentralvorstandes (Erhöhung auf Fr. 1.50) zu.

## Neuaufnahme von Sektionen

Nach einer Erfrischungspause schritt man zur Neuaufnahme von sechs Sektionen mit insgesamt 2285 Mitgliedern. Somit zählt der SGF neu 313 Sektionen mit rund 88000 Mitgliedern.

## Wahlen

Neu in den Vorstand gewählt wurden:

- Frau Eleonore Wagmann-Sämann, Zollikon,
  - Frau Marie-Louise Ziörjen-Piraud, Steffisburg, und
  - Frau Doris Lüscher-Rüegg, Uster.
- Als «Gast der Sektion» in den Zentralvorstand gewählt wurde Frau Ruth Bieri-Giezendanner, St. Gallen.

## Orientierungen

Es wurde mitgeteilt, dass die nächste Jahresversammlung des SGF in St. Gallen stattfinden wird.

Was die Betriebsanalyse für die Gartenbauschule Niederlenz betrifft, so ist zurzeit ein Ausschuss mit Fachleuten an der Arbeit. Der Zentralvorstand schlug

vor, im Herbst 1990 eine *ausserordentliche Delegiertenversammlung* abzuhalten, um über Planung, Finanzierung und Bau eines Ökonomiegebäudes der SGF Niederlenz zu beraten. Mit diesem Vorgehen war die Versammlung einverstanden.

Auch kam das neue *ZENTRALBLATT* zur Sprache: Als Vereinsorgan verbinde es «uns SGF-Frauen» mehr und lasse den SGF auch nach aussen als starken, aktiven und zeitgemässen Verband erscheinen.

Bezugnehmend auf das Thema des *ZENTRALBLATTES* vom Mai, gab Karin Mercier bekannt, dass eine «Superfrau» – selbstverständlich eine SGF-Frau! – neu im Büro «Aktion Begegnung 1991» in Solothurn arbeitet, um bei der Koordination des vom SGF mitgetragenen Projektes «Beherbergung von Auslandsschweizern» (siehe *ZENTRALBLATT* Nr. 3/90) mitzuhelfen.

Nach dem von den Langenthaler Gemeindebehörden offerierten Apéro wurden die SGF-Frauen kulinarisch und kulturell verwöhnt; um die schweren Traktanden verdauen zu lassen, sangen Langenthaler Kinder aus voller Kehle

fröhliche Lieder. Die Schülerinnen der Ballettschule Langenthal schlüpfen in ihre Tanzschuhe und bunten Kostüme und erfreuten das Publikum durch ihr beachtliches Können.

## Stunde der Sektionen

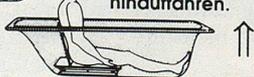
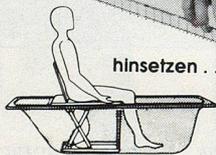
Am zweiten Tag stellten sich die beiden Sektionen Igis-Landquarten Fabriken und Bülach vor. Frau Helen Stalder, Präsidentin des Gemeinnützigen Frauenvereins Igis-Landquart Fabriken, erklärte den Versammelten, wie diese drittgrösste Bündner Gemeinde, die etwa 10 km von Chur entfernt liegt, zu ihrem Namen kam (Landquart und Fabriken = 2 Fraktionen). 1933 wurde der (damals noch) evangelische Frauenverein gegründet (mit 35 Mitgliedern), 1938 erfolgte die Umbenennung in Gemeinnützigen Frauenverein, 1939 der Anschluss an den Kantonalverband.

Heute zählt die SGF-Sektion rund 350 Mitglieder. Neu hat der Frauenverein einen Taxidienst für Betagte organisiert.

Frau Erna Eberhard-Ganz erklärte, dass «Gemeinnützigkeit vor Effizienz nicht schützt» und stellte als Präsidentin ihre Sektion Bülach, die sie unter die

Wenn Ihnen das Ein- und Aussteigen aus der Badewanne Mühe bereitet, hilft der

### AQUATEC-MINOR Badelift



gefahrlos ohne Strom, nur mit Wasserdruck

Vollbad genossen und wieder langsam hinauffahren.

## AUFORUM

Emil Frey-Strasse 137, 4142 Münchenstein, Telefon 061-46 24 24

Gratis erhalten Sie den MINOR-Prospekt.

Name \_\_\_\_\_

Strasse, Nr. \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

ZB



## Biosana Diät-Molke

mit hochwertigen Mineralstoffen, basenüberschüssig ist gesund und gut im Geschmack

es gibt sie als leichtlösliche **Granulate** oder **Pulver** (für Milchshakes, Kaffee-Ersatz, Kinderdrinks etc.) oder als erfrischende **Bonbons** in 7 tollen Geschmacksrichtungen – alle mit natürlichem Fruchtpulver (in Taschenpackungen à 30 oder Kurpackungen à 200 Stk.)

### Biosana Diät-Molke:

- stillt Hunger und Durst
- spendet Kraft für Sport und Wanderungen
- begünstigt den Stoffwechsel
- erhält die Darmflora gesund
- unterstützt Schlankheitskuren
- ersetzt Süssigkeiten
- auch für Diabetiker

erhältlich in Reformhäusern, Drogerien, Apotheken



Biosana AG 3515 Oberdiessbach



Zu reden gab die Erhöhung der Beiträge von bisher 80 Rappen/Mitglied auf neu 1.50 Franken.

(Bild: Margrit Kohler)

Lupe nahm, gleich in Gedichtform vor (siehe Kasten). Als vor einem Jahr Asylbewerber nach Bülach zugeteilt wurden, übernahm der Frauenverein die Betreuung von 14 Tamilen; damit verbunden war der Unterricht in deutscher Sprache und (nach drei Monaten) die Suche nach einer Stelle und nach einer Unterkunft. Die Frauen, die sich dieser Aufgabe annehmen, werden von der Gemeinde im Stundenlohn bezahlt.

## 1991 die Schweiz besuchen

In seinem Referat stellte Hans Ulrich Glarner, Leiter und Koordinator der «Aktion Begegnung 91» das vom SGF mitgetragene Projekt «Beherbergung von Auslandschweizern» vor. Dieses Projekt stehe im Zeichen der Offenheit und der Öffnung. «Was Frauen hier leisten, ist ein Beitrag zum besseren Verständnis von Menschen», so Hans Ulrich Glarner. Anfangs April wurde in der «Schweizer Revue», der Zeitschrift der Auslandschweizer, auf diese Aktion aufmerksam gemacht und ein Talon publiziert; nach knapp einem Monat waren bereits über 1000 Anmeldungen aus 31 Staaten eingegangen.

Nun werden Gastfamilien gesucht, die bereit sind, einen Auslandschweizer bzw. eine Auslandschweizerin im nächsten Jahr für die Zeit ihres Aufenthaltes

aufzunehmen. Da durch diese Aktion die finanzielle Schwelle herabgesetzt wird, wird es gewissen SchweizerInnen überhaupt erst ermöglicht, im Jubiläumsjahr der Eidgenossenschaft ihre alte Heimat zu besuchen. Hans Ulrich Glarner nimmt dankbar provisorische Anmeldungen auf: Aktion Begegnung

91, Postfach 105, 4501 Solothurn, Telefon 065 232360.

Nach dem Mittagessen im Tagungszentrum teilten sich die SGF-Frauen in verschiedene Gruppen um einem der 13 von der Langenthaler Sektion organisierten Ausflügen beizuwohnen. □

## Abonnements-Bestellcoupon

Ich abonniere ab sofort das *ZENTRALBLATT* des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins zu Fr. 18. – pro Jahr.

Verrechnung: (Zutreffendes ankreuzen)

Privatadresse  Sektionsadresse / Sektionsnummer \_\_\_\_\_

Name/Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse/Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift: \_\_\_\_\_

Mitglied der Sektion: \_\_\_\_\_

Bitte einsenden an:

Sylvia Blank, Rubliweg 2, 3280 Murten.

**ZENTRALBLATT**  
SCHWEIZERISCHER GEMEINNÜTZIGER FRAUENVEREIN

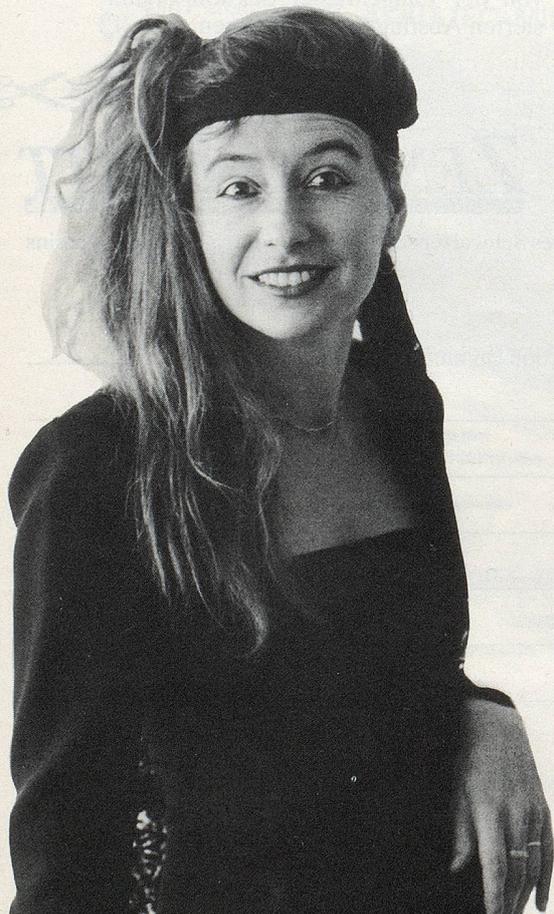
Das gemeinsame Leben zwischen Mann und Frau, ob in Form einer Ehe oder im Konkubinats, funktioniert je länger je weniger. Die Frage nach dem Warum stellen sich viele. Meist sind es aber die Frauen, die zuerst nachzudenken beginnen. Und die Männer? Stimmt der Vorwurf, dass sie Kinder geblieben sind, aber den grossen Herrn spielen?

Im Gespräch mit der Kabarettistin Sibylle Birkenmeier, die sich über längere Zeit mit dem Thema «Männer = Kinder» auseinandergesetzt hat, geht das Zentralblatt der Frage nach, ob die Männer ihre «geistige Entwicklung» bisher vernachlässigt haben.

## Wenn einer Frau etwas fehlt...

Esther Holdmann

**D**er patriarchalische Umgang mit der Natur und die Beobachtungen in ihrem persönlichen Umfeld formten in Sibylle Birkenmeier den Wunsch, ein Lied über die Männer in ihr Programm aufzunehmen (s. Kasten). Ihre Eindrücke, Ideen, Wüte, Traurigkeiten und Verletztheiten übermittelte sie ihrem Bruder Michael. Daraus ist ein so treffender Text entstanden, dass ihr sogar Männer zu diesem Lied gratulieren. Letztere fühlen sich ertappt, verunsichert und sind aber auch darüber erstaunt, dass alles so treffend formuliert ist.



*ZENTRALBLATT: Ihr Lied ist sehr direkt, drückt Enttäuschungen aus. Haben Sie entsprechende Erfahrungen gemacht?*

Sibylle Birkenmeier: Tagtäglich mache ich entsprechende Erfahrungen mit den Menschen auf der Strasse, in Restaurants oder meinem Bekanntenkreis. Das Innere vieler Männer (und auch Frauen) ist zurückgebildet. Wir haben ein unpersönliches, unmöbliertes Innenleben. Wenn mir das bewusst wird, leide ich.

*ZB: Männer übernehmen normalerweise die Verantwortung für die Familie. Wie können sie da Kinder bleiben?*

S.B.: Es funktioniert eigentlich nur, wenn die Frau beide Rollen übernimmt. Auf Kosten der Frau können sie Kinder bleiben.

*ZB: Etwas kindliches als Erwachsener zu behalten, ist doch eigentlich schön. Warum verurteilen Sie es bei Männern?*

S.B.: Klar ist Kindlichkeit schön. Ich liebe nichts mehr als Kinder und spüre immer Freude, wenn ich ihnen begegne. Die Männer sind aber am falschen Ort stehen geblieben, ihre Dekadenz trifft mich. Sie benutzen die Naivität, um Forderungen zu stellen. Der Mann wird so beziehungsunfähig und leidet unter einem Jagdtrieb.

*ZB: Wie ist es denn bei Frauen?*

S.B.: Das ist bei Frauen das Gleiche: Frauen, die stehen bleiben, sind ganz einfach Kühe. Sie haben etwas kuhhaftes, nämlich im Stall stehen; die Gemütlichkeit, die sich nicht mehr bewegt, nur noch verdaut, ab und zu brüllt, auf die Weide geht und wieder zurück. Das nenne ich eine Art weibliches Vegetieren. Sie haben keine Aggressivität mehr im Gegensatz zu den Männern, die,

wenn sie stehen bleiben, mehr Aggressionen entwickeln. Es ist auf eine Art etwas Harmloses, ist aber genauso verheerend, denn genau diese Fähigkeit ermöglicht es den Männern, «Bubis» zu bleiben.

*ZB: Sind Sie selbst nie «Kind»?*

S.B.: Doch, hauptsächlich. Ich versuche immer an den Urgefühlen, die ich bereits als Kind hatte, weiterzuarbeiten. Als Kind hatte ich sehr intensive Erlebnisse mit mir selbst und der Welt. Ich sah, ich bin etwas anderes als das Draussen in der Welt. Ich habe sehr intensive Schmerzen wie auch intensive Freuden erlebt. Sich etwas total hingeben, das sind Dinge, die ich heute noch sehr pflege, und die ich für meinen Beruf absolut gebrauchen kann.

*ZB: Wie stellen Sie sich den Mann vor, bei dem Sie sich wohl fühlen könnten?*

S.B.: Es muss ein Mensch sein, der weiss, dass er ein Mensch ist, der bereit ist, an sich zu arbeiten, sich zu verändern. Jemand, der nicht in Formen erstarrt ist. Jemand, der eine gewisse Selbständigkeit besitzt und behalten will, der es auch geniessen kann, dass ich eine gewisse Selbständigkeit besitze. Ein gewisser Partner in der Selbständigkeit der genauso bereit ist, sich zu lösen. Und eben einer, der auch ein «Bub» ist, im besten Sinn.

*ZB: Ihnen fehlt etwas, sagen Sie. Was denn genau?*

S.B.: Ein gut möbliertes Innenleben, das absolute Verstehen. Wenn ich das erlebe, auch wenn es nur für einen kurzen Moment ist, steigt in mir eine grosse Hoffnung auf. Eine intakte Gefühlswelt, Echtheit, die gibt und nimmt.

*ZB: Glauben Sie daran, einmal soweit zu sein, dass Ihnen nichts mehr fehlt?*

S.B.: Nein! Aber es gibt Momente, von denen man das wirklich sagen kann. Das sind dann eigentliche Glücksmomente. Eine grundsätzliche Unbelastetheit.

*ZB: Heute scheitern immer mehr Partnerschaften. Liegt es an der emanzipierten Frau, die mehr Freiheiten braucht, oder am Mann, der damit nicht umzugehen weiss?*

S.B.: Sowohl als auch! Aber das ist eine sehr tiefe Problematik. Ist die Ehe überhaupt noch zeitgemäss, bei diesen Forderungen, die die heutige Zeit an uns stellt? Und bei der Persönlichkeits-

(Ausschnitte aus dem Lied  
«Mir fehlt etwas»  
von Sibylle Birkenmeier)

Mir fehlt etwas  
das sieht man mir vielleicht  
nicht an  
Mir fehlt etwas  
Ich bin mir nicht ganz...  
ganz sicher  
wie ich es Ihnen sagen kann.

Mir fehlt etwas  
es fehlt mir überall  
jedoch bei ihm  
genau bei ihm  
fängt alles an.

Ich seh's genau  
Du bist in Deinem Bubialter  
stehen geblieben  
so ein Stinker hat die Vollmacht  
über Krieg und Frieden.

Denn die andern sind auch so  
So ist man eben  
mir fehlt etwas  
ich wage nicht zu sagen was  
denn sonst plötzlich steht noch  
einer auf und sagt,  
Madame, ich habe dich,  
und natürlich,  
es gibt endlos Raffinessen  
von Partyschmusing über Psychofuchs  
bis Toleranzbesessen  
dennoch verbrennt dies alles mir  
nur schlecht als recht des guten  
Kerns, nämlich:  
Das kleine Büblein mit dem Troitzkopf  
und dem Traum vom grossen Herrn,  
das eine Mutter hat,  
die seinen Seelenscheitel dringend  
braucht,  
die alle Wellen glättet,  
Wunden wäscht und Gebrochenes  
schiebt.  
Worauf er flüchtig seine Buben-  
augen hebt und haucht:  
Du gell, jetzt hab ich aber  
was verdient.

entwicklung, die wir im Moment durch-  
laufen? Ich glaube, der Mensch hat sich  
seit dem Mittelalter sehr verändert und  
ist von einem sehr naturverbundenen  
Wesen zu einem naturfremden Wesen  
geworden. Zwischen der Verschmel-  
zung von Mann und Frau und der aufge-  
bauten Freiheit sind Schritte der absolu-  
ten Verwirrung. Unser Ziel ist es, frei  
miteinander verbunden zu sein. Das  
tönt widersprüchlich. In dieser Phase  
sind wir gegenwärtig. Das ist die Proble-



matik, die nicht definierbar ist, ob der  
Mann oder die Frau schuld daran ist.

ZB: Die heutige Frau braucht den Mann  
nicht mehr als Ernährer; sie kann selbst  
Geld verdienen. Weiss der Mann nun  
nicht mehr, was eine Frau von ihm er-  
wartet?

S.B.: Was erwartet sie? Überhaupt:  
Die gegenseitigen Erwartungen sind  
vielseitig, gross, unrealistisch, nicht  
mehr fassbar, oft so aufgeblasen, dass  
jede Begegnung nur ein absoluter Frust  
sein kann. Die Erwartungen richten sich  
nicht mehr nach der Realität, sondern  
nach irgendwelchen aufgeblasenen  
Träumen, die über die Werbung und  
den äusseren Beeinflussungen, denen  
wir täglich ausgesetzt sind, projiziert  
werden. Dort wird deutlich gezeigt, was  
Glück, Freiheit und Liebe ist, was Tod  
und Leben. Diese grossen Wörter wer-  
den auf der Strasse so stark definiert,  
dass unsere Erwartungen unreal werden;  
dass jede Beziehung, wie gesagt, nur  
noch zum Scheitern verurteilt ist.

Man muss bereit sein, der Aussenwelt  
eine innere Welt entgegenzusetzen, eine  
Welt, die der Persönlichkeit entspricht,  
die man ist. Der Aufbau dieser Welt ist  
aber etwas ganz unpopuläres. Dabei wä-  
re das «Innenwelt-bauen» für alle wich-  
tig, nicht nur für uns persönlich. Das  
sagte bereits Rilke. □

## Miele Staubsauger - der Klassenbeste



1 Neues Teleskop-  
rohr mit 1-Knopf-Be-  
dienung

2 Perfekte 360°-  
Beweglichkeit  
des Saug-  
schlauchs

3 Raffinierte  
Verbin-  
dungs-  
technik

Elektro-Lüscher AG  
Oberlandstrasse 105  
8610 Uster  
Telefon 01 940 10 11

Grundlage eines jeden Picknicks ist das Brot, das besang auch der Berner Chansonnier Mani Matter. Auch für Picknicks auf Wanderungen und Ausflügen eignet sich das belegte oder eingeklemmte Brot sehr gut. Wie aber die Brotauflagen raffinierter und origineller vorbereitet werden können, das präsentieren wir Ihnen auf dieser Seite. Kein Wunder, wenn Sie die Lust auf ein Picknick im Garten packt....



### Pilze im Garten

Zutaten (jeweils für ein Stück): eine Scheibe Brot, 1 gekochtes Ei, eine halbe Tomate, etwas Knoblauchbutter, etwas Quark, Petersilie und etwas Schnittsalat.

Die Knoblauchbutter mit dem Quark mischen und die Brotscheibe damit bestreichen. Bei den geschälten Eiern den oberen Deckel abschneiden und die eine Tomatenhälfte darauflegen. Tupfen mit der Mayonnaise anbringen und mit der Petersilie und dem Schnittsalat garnieren.

### Segelschiff

Zutaten: 1 Scheibe Brot, 25 g Quark, etwas Butter, gehackte Petersilie und Schnittlauch, ½ gekochtes Ei, etwas Zwiebel, 1 Salatblatt, Mayonnaise.

Die Brotscheibe rösten. Die Butter schaumig rühren und mit der Petersilie, dem Schnittlauch und dem Quark mischen. Würzen und auf die Brotscheibe streichen. Je ein Salatblatt darauflegen, einen Tupfen Mayonnaise in die Mitte setzen und die Eihälfte damit befestigen. Den Zahnstocher mit der Zwiebel als Segel aufstecken.

### Für den Spielnachmittag

Zutaten: 1 Scheibe Brot, 20 g Quark, 2 Essl. Meerrettichsenf, 50 g Gruyère, etwas Schnittlauch, einige Pfefferkörner.

Die Brotscheibe rösten. Den Quark mit dem Senf mischen und auf das Brot streichen. Mit gehacktem Schnittlauch bestreuen. Den Käse in Würfel schneiden und die Pfefferkörner leicht andrücken. Auf dem Brot verteilen.

### Sommer im Garten

Zutaten: 2 Scheiben Brot, 1 Blatt Lollo Salat, 1 hartgekochtes Ei, ½ Tomate,

## Hübsche Picknick-Ideen für gross und klein

2 Essl. Hüttenkäse oder Frischkäse, 1 Teel. gehackter Schnittlauch.

Die Brotscheibe mit dem Salatblatt belegen und das in Scheiben geschnittene Ei darauf verteilen. Die Tomate würfeln und mit Hüttenkäse und Schnittlauch mischen. Die Masse auf die Eischeiben verteilen und die zweite Brotscheibe auflegen.

### Erfrischende Birnen

Zutaten: 2 Scheiben Brot, 40 g Gorgonzola mit Mascarpone, ½ Birne.

Die eine Brotscheibe mit dem Käse bestreichen. Die Birne entkernen, in Scheiben schneiden und auf dem Käse verteilen. Die zweite Brotscheibe auflegen. Dies ist ein herrlich erfrischendes Brot, das, dank dem Käse, einen gewissen Pfiff in sich hat.

### Sellerietraum mit Äpfeln

Zutaten: 2 Scheiben Brot, 4 halbe Baumnusskerne, 1 Essl. geraffelter Sellerie, 1 Essl. Quark, ½ Teel. Zitronensaft, ¼ Apfel.

Die Baumnusshälften grob hacken und mit dem Sellerie, dem Quark und Zitronensaft mischen. Damit die eine Scheibe Brot bestreichen. Mit in Scheiben geschnittenem Apfel garnieren und mit dem zweiten Stück Brot bedecken.

### Avocadoaufstrich

Zutaten: 2 Scheiben Brot, ¼ reife Avocado, 1 Essl. saurer Halbrahm, ½ Teel. Zitronensaft, ½ kleine Zwiebel, 2 bis 3 Champignons, evtl. 1 Essiggurke.

Das Fruchtfleisch der Avocado mit der Gabel zerdrücken. Die Zwiebeln mit der Avocado, dem sauren Halbrahm und Zitronensaft mischen. Die eine Brotscheibe damit bestreichen und mit den in Scheiben geschnittenen Champignons garnieren. Die Pilze mit etwas Zitronensaft beträufeln. Die zweite Brotscheibe auflegen. Eine nahrhafte Zwischenverpflegung.

### Tomaten und Basilikum

Zutaten: 1 Scheibe Brot, etwas Butter, eine Scheibe Tomate, Oregano und Pfeffer, 20 g Mozzarella, ein Sardellenfilet, einige Basilikumblätter, evtl. etwas Speck in Scheiben.

Die Brotscheiben mit Butter bestreichen und mit einer Tomate belegen. Mit Oregano und Pfeffer würzen. Den Mozzarella, das Sardellenfilet und den Speck (leicht angebraten) auf dem Brot verteilen und mit Basilikumblättern garnieren.

GFV Worb

## Lebensläufe als Patchwork

ZB. Der «alte Kern» der Patchworkgruppe des Gemeinnützigen Frauenvereins der Kirchgemeinde Worb resultiert aus Patchwork-Kursen, die im Herbst 1983 und 1984 stattfanden. Die Gruppe trifft sich (ausser während den Schulferien) monatlich jeden zweiten Montag-Nachmittag.

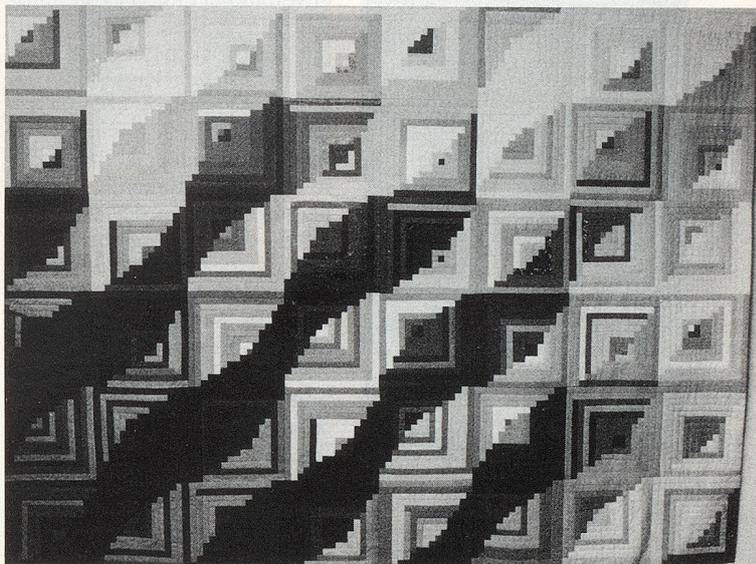
Die Patchwork-Arbeit «Lebensläufe» (siehe Bild), die nun in ihrer Grösse von 1.80 x 2.40 m im Altersheim Vechigen (bei Worb) hängt, ist nicht die erste gemeinsame Arbeit der Worberinnen. Nachdem Frau Trix Bühlmann, Bern, in die neue amerikanische Speed-Methode eingeführt hatte, entstand im Herbst 1988 bereits ein Mosaik aus Stoff-Resten.

Doch wie kam es zum «Lebensläufe»-Patchwork?

Über 1000 Stunden – davon rund 800 Stunden in der Gruppe, die sich aus 21 Patcherinnen zusammensetzte – waren nötig, um diese Patchwork-Arbeit zu bewerkstelligen. Den Grob-Entwurf zeichnete Frau H. Schnegg, ein Papiermuster in Originalgrösse wurde am Bestimmungsort mit dem Architekten und dem Bauherrn des Altersheimes begutachtet, und schliesslich durfte der Architekt auch einen Farbvoranschlag streichen; da Grün ausschied, einigte man sich auf Farbtöne in Blau/Beige. Vom Juni bis August 1989 konnte dann die Vorarbeit beginnen, nämlich die Veröffentlichung eines Stoff-Sammel-Aufrufes, das Waschen, Zertrennen und Bügeln alter Kleider usw. Die Patchwork-Arbeit selbst ent-

stand in sehr kurzer Zeit, zwischen September und Dezember 1989. Die «Aufrichte» (mit

Champagner!) fand am 16. Januar 1990 statt. □



Über 1000 Stunden liebevoller Handarbeit haben zu diesem Patchwork-Behang fürs Altersheim in Vechigen geführt.

(Bild: Hans Lanz, Worb)

## Aus dem Zentralvorstand

Sitzung vom 16. März 1990

### Planung

Unter dem Vorsitz von R. Ernst befasst sich der Zentralvorstand mit der Neubearbeitung der SGF-Kurzvorstellung mit dem Titel «Miteinander-Füreinander». Es besteht die Absicht, den neuen Prospekt auch an die Sektionen abzugeben.

### Gartenbauschule

Anstelle der leider erkrankten A. Rubli setzt sich neu D. Lüscher für Belange der GBS ein. Grossen Einsatz leistet auch L. Halper aus Aarau.

### Zentralblatt

Da die Comics niemandem gefallen, beauftragte der Zentralvorstand die Zentralblattkommission, bei der Redaktorin auf eine Rücknahme des Auftrags an die Grafikerin einzuwirken.

### Zentralkasse

Aufgrund eines Zeitungsartikels in der Coop-Zeitung gingen verschiedene Gesuche bei

der Zentralpräsidentin ein. Diese werden nach Möglichkeiten berücksichtigt.

### Bundesfeierspende 1989

Wie kurzfristig bekannt wurde, beträgt die Tranche für den SGF aus der Bundesfeierspende 1989 Fr. 204400.-, bedeutend weniger als bei der letzten Zuteilung an die Frauenverbände. Das Geld wird in Raten im Verlaufe dieses Jahres an den SGF ausbezahlt. Bis der Entscheid über den Verwendungszweck gefällt ist, wird das Geld zinsgünstig angelegt.

### BEA-bern expo 18.-28. Mai 1990

Am SGF-Stand wird ein Wettbewerb mit täglicher Verlosung durchgeführt.

### Spitex-Kommission / 2. Spitex-Kongress 7./8. September 1990.

Das Vorprogramm für den 2. Spitex-Kongress in Zürich liegt vor, die Referate versprechen sehr interessant zu werden. Der SGF wird mit einem Stand an der Ausstellung vertreten sein.

### Aktion Begegnung 1991

K. Mercier steht, in Zusammenhang mit dem Projekt, mit verschiedenen Personen in Kontakt.

### Sektionen und kantonale Zusammenschlüsse

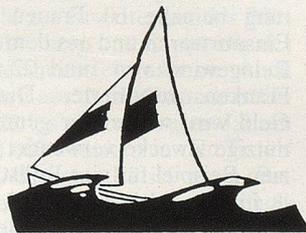
Die Zentralpräsidentin ist hochofret über die vielen interessanten Jahresberichte, die sie erhalten hat und weiss diese sehr zu schätzen.

### Vernehmlassungen

Es wurde zu folgenden Vernehmlassungen Stellung genommen:

- Sozialversicherungsrecht
- Arbeitsrecht-Revision und
- zum kurzfristig eingegangenen Vorentwurf zu einem dringlichen Bundesbeschluss über das Asylverfahren und die Schaffung eines Bundesamtes für Flüchtlinge.

Für das Protokoll  
Marlies Knecht



## Segeln für Mutter/Vater und Kind

Segelschule für Familien mit Kindern in Rorschach am Bodensee. Segeln und ein wenig Abenteuer für Mutter/Vater und Kind ab 2. Juli.

5 Tage Segeln mit Essen und Unterkunft (Massenlager) für Mutter/Vater und Kind Fr. 1280.-.

Anmeldungen: Segelschule Rorschach Stadler AG  
Postfach 47, 9400 Rorschach, Telefon 071 41 96 91/41 06 11



Die scheidende Nidauer Präsidentin liess sich Originelles zum Abschied einfallen.

(Bild: zvg.)

GFV Nidau

## Abschied in langen Unterhosen

ZB. Bereits die 70. Hauptversammlung hat die SGF-Sektion Nidau hinter sich gebracht; ein runder Geburtstag, den die bisherige Präsidentin Kathrin Arnet als Gelegenheit benutzte, um das Präsidium abzugeben.

Nach 10 Jahren Arbeit im Vorstand, fünf davon als Präsidentin, hat Kathrin Arnet eigentlich nur das vollzogen, was sie sich seit über einem Jahr vorgenommen hatte: einmal ausspannen! Ihre liebgewonnenen Korberfrauen wird sie aber auch nach 18 Jahren nicht im Stich lassen. Und in ihrem Rückblick auf 1989 hat Kathrin Arnet festgehalten, dass es eine schöne Zeit war im SGF: «Eine erfüllte Zeit; ich habe viele liebe Kameradinnen kennen und schätzen gelernt.»

### Gemeinsam die Verantwortung tragen

Da sich niemand aus dem Vorstand einverstanden erklärte, die Nachfolge von Kathrin Arnet als Sektionspräsidentin anzutreten, hat die SGF-Sektion das Problem auf ihre Art gelöst und sich für ein «Miteinander» auch in der Verantwortung entschieden: Bis zur Wahl einer neuen Präsidentin sind alle verbleibenden sieben Vorstandsfrauen gemeinsam am Vereins-«Ruder».

### Rege Tätigkeit

Der rund 340 Mitglieder zählende Gemeinnützige Frauenverein hat ein reges Vereinsjahr hinter sich. Einmal mehr hat die Brockenstube mit ihrer internationalen Kundschaft einen erstaunlichen Umsatz erzielt, wie Marlies Pilloud bekanntgab; zudem konnte «das rauchende, stinkende Ungeheuer» (so wurde der alte Ofen, der nicht mehr richtig heizte, bezeichnet) entfernt und ersetzt werden. Diskutiert wird im Vorstand auch darüber, ob nicht endlich ein Mann in die Brockenstube kommen müsste, um bei den schwereren Arbeiten zu helfen.



## Korbflechten in Malix

Auch dieses Jahr besuchte uns Katrin Arnet aus Nidau. Korbflechten stand also wieder auf dem Programm. Wie immer wohnte Katrin bei unserer Ehrenpräsidentin, Elsbeth Held, und stand jeden Nachmittag und Abend für unseren Kurs zur Verfügung.

Das Vereinszimmer im Mehrzweckgebäude verwandelte sich für drei Tage in eine Korbflechterei. Das Ziel dieses Kurses war, Einkaufskörbe für unseren Bazar vom 4. August in Brambrüesch anzufertigen. Die Beteiligung war dieses Jahr nicht sehr gross, dafür aber die Kursteilnehmerinnen umso fleissiger. Neben tollen Einkaufskörben wurde ein besonders schöner Puppenwagen geflochten. Auch verschiedene kleinere Arbeiten entstanden unter der kundigen Anleitung der Kursleiterin.

Die Stimmung aller Beteiligten war prima. Als Jüngste durften Ursina, elf Monate, und Marisa, vier Jahre alt, mit ihren Mamis dabei sein. Auch gelegentliche Besucher freuten sich an den schönen Arbeiten und dem frohen Beisammensein.

Das Korbflechten wird im Frauenverein Malix sicher auch weiterhin gepflegt. Alles Zubehör für die Vereinsarbeiten wurde uns auch dieses Jahr vom Frauenverein Nidau geschenkt. Auch dafür an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön.

Zum Abschluss des Korbflechten-Kurses trafen sich alle gutgelaunt bei der neuen Präsidentin Erika Patzen. Bis gegen Mitternacht wurde geschwätzt und gelacht. Ganz nebenbei flocht die fleissige Kursleiterin dabei noch ein herziges, kleines Osterkörbli.



... sälber gmacht  
mit  
Aarberger  
Gelierzucker

### An Zuckerfabrik Aarberg

3270 Aarberg

Bitte senden Sie mir mit Einzahlungsschein:

**Gelierzucker-Rezeptbüchlein** mit Sommer- und Winterrezepten und einer **Garnitur bunter Klebeetiketten für Konfigläser** gegen einen Unkostenbeitrag von Fr. 3.50.

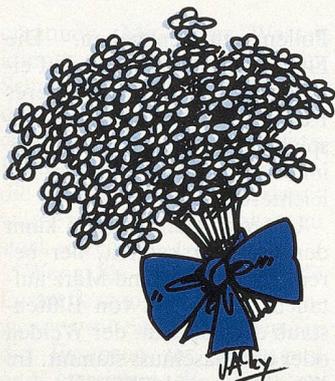
**Garnitur praktischer Klebeetiketten für Konfigläser** (ohne Gelierzucker-Rezept-Büchlein) zu Fr. 1.50.

Gewünschtes bitte ankreuzen. Jede Sendung enthält auch Anweisungen zum Selbermachen von hübschen Konfigläser-Zierdeckeln.

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

Adresse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_



## Wir gratulieren...

● dem Gemeinnützigen Frauenverein Brienz zum 100-jährigen Jubiläum. Ursprünglich waren es 20, heute sind es schon beinahe 500 Frauen, die dieser SGF-Sektion angehören; bis zur Festzeitschrift, die zur Zeit in Vorbereitung ist, kommt vielleicht das 500. Mitglied dazu.

● dem Gemeinnützigen Frauenverein Rüegsauschachen-

Rüegsau, der dieses Jahr den 50. Geburtstag feiert. Die Jubiläumsfeierlichkeiten haben am 9. Juni auf dem Dorfplatz stattgefunden; ein grosser Brockestube-Vekauf und eine Kaffeestube konnten (natürlich) nicht fehlen. □



Die gute Idee:

### SGF-Tragtasche

Die gemeinnützigen Frauen in Langnau a.A. haben für die Kundinnen des «Second Hand Shops» eine umweltfreundliche Papier-Tragtasche, die mit dem Sektions-Signet verziert ist, entworfen. Der zügige Slogan unter dem Signet: «Bisch hüt scho gemeinnützig gsi?»



GFV-Oberuzwil

### Dreier-Team

Nach dem Rücktritt von Frau Ursi Müller-Bachmann wird der Gemeinnützige Frauenverein Oberuzwil von drei Vorstandsfrauen gemeinsam geleitet. Frau Ruth Züllli (Bild oben links) ist seit nun 10 Jahren im Vorstand und war bisher vor allem mit der Organisation des Senioren-Ausflugs und mit der Kleiderbörse beschäftigt. Frau Lilly Senn (Bild oben rechts) ist seit 2 Jahren



Kassierin, und Frau Käthi Gerber (Bild unten rechts) ist Aktuarin. Die Anschrift des Leierteam lautet: Ruth Züllli, im Lindengarten 3, 9242 Oberuzwil. □

### GFV Münsingen

## Besichtigung der Zentralwäscherei Bern AG

28 Mitglieder des Frauenvereins Münsingen hatten Gelegenheit, die Zentralwäscherei Bern AG zu besichtigen, das heisst einen Blick hinter die Kulissen eines industriellen Betriebes zu werfen, der für 100 gemeinnützige Betriebe (Spitäler, Heime und Kliniken) des Kantons Bern täglich 24 Tonnen Wäsche verarbeitet. Geleitet wird der Betrieb von Frau Suzanne Schrade.

Bewältigt wird der täglich anfallende Wäscheberg im technisch hochstehenden Maschinenpark von 170 Mitarbeitern (zirka zur Hälfte Frauen und Männer). Flinke Hände sortieren die zahlreichen Wäschestücke, bearbeiten Kleinfwäsche, reparieren in der eigenen Näherei was auszubessern ist und geben Patientenhemden und Berufsschürzen den letzten Schliff. Die Heizenergie stammt von der nahe gelegenen Kehrichtverbrennungsanlage. Das Leitungswasser wird direkt im Betrieb enthärtet und das Waschpulver ma-

schinell nach dem Schmutzgrad der Wäsche bemessen, so dass die Sauberkeit möglichst umweltgerecht hygienisch entsteht.

Hier einige Zahlen, um die Grösse des 17-jährigen Betriebes zu zeigen. Es werden täglich 9000 Leintücher und 900 Nachthemden, jährlich (1988) 1 628 000 Waschlappen, 1 082 000 Windeln und über 800 000 Berufsschürzen gewaschen. 177 718 Stücke wurden in der Näherei repariert. Für 2½ Millionen Franken wird jedes Jahr Wäsche eingekauft. Die saubere Wäsche wird in Schrumpffolienpaketen mit der eigenen Spedition ausgeliefert. Die Folie wird zum Recycling zurückgenommen.

Drei überaus freundliche Angestellte gaben uns Münsinger Gemeinnützigen, während 2 Stunden einen sehr informativen Einblick in einen Betrieb, von dem wir sehr beeindruckt sind, das heisst überwältigt waren. □

Rosmarie Zbinden

### GFV Brienz

## 100 Jahre – und immer noch jung

Die Präsidentin Margrit Rubi durfte am 8. März in Brienz 77 Frauen zur 100. Hauptversammlung begrüßen. Neben den üblichen Traktanden waren vor allem zwei Themen interessant:

### Fonds für Betagte

Ursprünglich wurde der Fonds für Betagte für eine Alterssiedlung eröffnet. Aus finanziellen Gründen mussten wir von dieser Idee absehen. Wir finden es sinnvoller, das Geld zur Erweiterung der Pflegeabteilung und Sanierung des Altersheims einzusetzen. Auch gehen aus dem «Gwunderstübli»-Erlös von mehreren Jahren 100 000 Franken in den Fonds für Betagte. Es ist unser Bestreben, mit weiteren Sammelaktionen möglichst viel Geld zusammenzutragen, damit die Heimkommission ihre Pläne baldmöglichst verwirklichen kann. (Spenden zu Gunsten des Fonds für Betagte können einbezahlt werden auf Postcheckkonto Nr. 30-25857-2).

### Jubiläum mit Festschrift

Vor 100 Jahren gründeten 20 initiative Frauen den Gemeinnützigen Frauenverein Brienz. Beim Durchlesen der Protokollbücher wurde uns vor Augen geführt, was bisher alles geleistet wurde. Leider fehlt eines dieser Bücher seit längerer Zeit.

Die Jubiläumsfeier findet am 8. September im Kirchgemeindehaus Brienz statt. Wer will und hat, soll in Kleidern wie vor 50-100 Jahren zur Feier kommen. Für die «Festschrift» suchen wir noch Dokumente von typischer Frauenarbeit aus der Jahrhundertwende. Wir hoffen, bis dahin den Mitgliederbestand auf 500 aufzurufen zu können. □

Pia Fuchs-Hürlimann

## Der Heuschnupfen

Jedes Jahr wieder und mit sturer Regelmässigkeit macht sich der Heuschnupfen bemerkbar. Doch was ist Heuschnupfen, früher Heufieber genannt, eigentlich? Wie kann mit ihm gelebt werden, wie ist ihm zu begegnen?

Eigentlich hat die Krankheit «Heuschnupfen» weder mit Heu, noch mit Fieber zu tun. Pollinosis, wie die wissenschaftliche Bezeichnung lautet, weist in die richtige Richtung: Heuschnupfen ist die allergische Reaktion der Schleimhäute des Auges, der Nase und der Atemwege auf Pollen verschiedener Pflanzen. Die Anzeichen für Heuschnupfen sind denn auch deutlich: Die geröteten Augen brennen, die Nase

«läuft», die Augen tränen, und geatmet kann nur durch den Mund werden. Durch die ständige Benommenheit und mehr oder weniger starke Kopfschmerzen wird der betroffene Mensch «lahmgelegt».

Betroffen von der Krankheit, deren Veranlagungen innerhalb der Familie weitergegeben werden, sind vor allem junge Menschen in der Pubertät und bis etwa zum 30. Lebensjahr. Kinder unter fünf Jahren leiden nicht unter Heuschnupfen. Auch bei älteren Menschen ab 45–50 Jahren verliert der Heuschnupfen an Intensität und verschwindet von alleine.

Lange suchten Wissenschaftler nach der Ursache des Heu-

schnupfens. Das Ergebnis: Normalerweise atmen wir im Frühling und Sommer pro Tag 4000 – 5000 Pollen ein. Bei Allergikern antwortet der Körper nun mit Antigen-Antikörpern. Zum Ausbruch der Krankheit reichen schon 40 – 50 Pollenkörner, wenn sich der Organismus erst einmal auf die Antikörperbildung eingestellt hat.

Bei den vielen Tausenden Pflanzen, die jedes Jahr in unseren Breitengraden blühen, und damit Blütenstaub absondern, kommen aber nur etwa hundert, meist Gräser und Getreidearten, als Auslöser des Heuschnupfens in Frage. Die meisten von ihnen sind Windblütler, können also schon von bis zu 300 km weit her transportiert worden sein. Daher ist es auch nicht einfach, sich den

Pollen zu entziehen. Die Flucht ins Gebirge oder auf eine kahle Insel ist kein sicheres Rezept. Dennoch bringen beispielsweise Ferienaufenthalte im Gebirge eine gewisse Erleichterung.

Unterschieden werden kann der Frühjahrskatarrh, der bereits im Februar und März auftaucht und meist von Blütenstaub der Pappeln, der Weiden oder der Haselnuss stammt. Im Mai und Juni blühen die verschiedensten Gräser. Seltener treten auch Allergien von Ampfer, Wiesenraute, Wegerich, Holunder und Liguster auf. Kommt es bei entsprechenden Klimaverhältnissen zu einer zweiten Gräserblüte, können im August oder September nochmals alle Heuschnupfensymptome auftreten.

### Vorbeugen und Lindern

Vorbeugen können Sie dem Heuschnupfen, indem Sie blühende Wiesen meiden und eben ans Meer reisen oder eine Wanderwoche in den Bergen einschalten. Diese «Methode» ist natürlicherweise nicht für alle und jederzeit möglich. In der Naturheilkunde wird an verschiedener Stelle auf das morgentliche Trinken einer kleinen Tasse Löwenzahntee auf nüchternen Magen hingewiesen. Vor dem Schlafengehen sollte ausserdem eine Tasse Lindenblütentee mit einigen Tropfen Zitronensaft getrunken werden.

Bei Allergien helfen im allgemeinen Brennnesseln, die das Blut reinigen. So bewährt sich auch beim Heuschnupfen das Trinken von täglich drei bis vier Tassen Brennesseltee mit je drei Teelöffeln Schwedenbitter, den man im Tee auflöst. Im weiteren sollte während der Blütezeit möglichst ausschliesslich Rohkost gegessen werden, was mit dem Gemüseangebot des Frühlings und Sommers nicht allzu schwer fallen sollte.

In der Aromatherapie werden Ysop und Zypresse zur Linderung vorgeschlagen. Kaufen Sie möglichst biologisch angebaute Essenzen und geben Sie drei bis vier Tropfen davon auf ein Taschentuch, das sie sich vor die Nase halten und den Duft



Franzbranntwein ist ein traditionelles Einreibungsmittel auf Kräuterbasis, auf der Grundlage eines altbewährten Hausrezeptes.

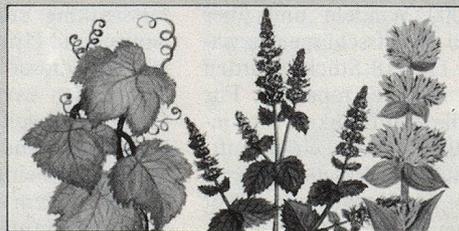
Die schnelle und starke Wirkung von Floramont Franzbranntweingel beruht auf der Auswahl vieler spezifisch wirkender Pflanzenextrakte.

Die konzentrierte Wirkung von Franzbranntwein wird durch den Zusatz des einheimischen Bergenzians unterstützt. Enzianextrakt wirkt tonisierend auf die Haut und die oberflächlichen Venen. Dank dem Menthol, einem Bestandteil der Pfefferminze, hat Franzbranntweingel Floramont eine anfänglich kühlende Wirkung.

Franzbranntweingel Floramont ist äusserst angenehm in der Anwendung, schmiert und fettet nicht. Dank der modernen Darreichungsform als Gel ist ein gutes und schnelles Eindringen in die Haut garantiert.

### Anwendungsgebiete:

Franzbranntweingel Floramont ist besonders empfohlen bei Muskelkater, Beinbeschwerden und Hexenschuss. Franzbranntweingel Floramont wirkt belebend bei Müdigkeit, Überanstrengung und nach körperlichen Belastungen. Deshalb findet Franzbranntweingel Floramont häufig in der Sport- und Heilmassage Anwendung.



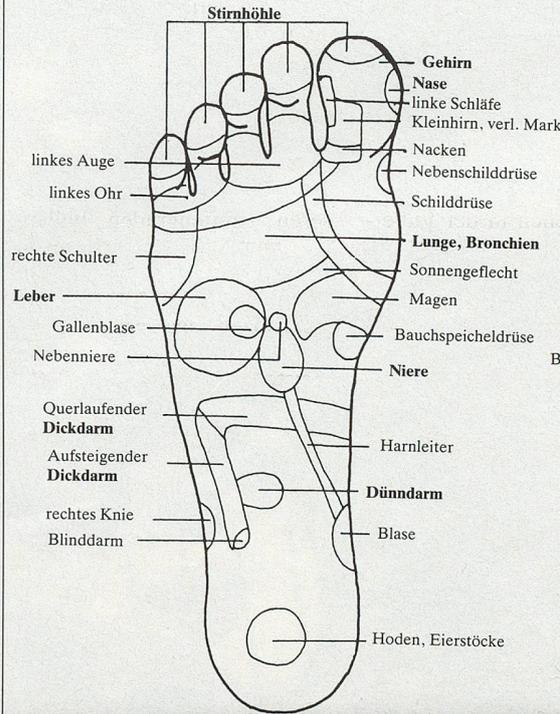
**Franzbranntweingel Floramont ist ärztlich geprüft und empfohlen.**

einatmen. Mit etwas Wasser können die Essenzen in einer Schale im Raum aufgestellt werden und verdampfen so. Machen Sie sich niemals heisse Dampfbäder mit den Essenzen, die Sie warm inhalieren; damit würden Sie die Schleimhäute zu stark reizen.

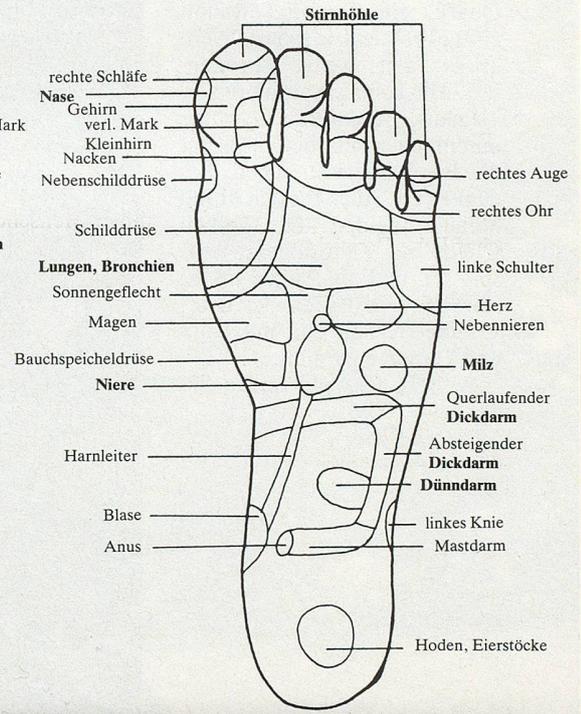
Wenn Sie die nachfolgende Fussreflexzonenmassage anwenden möchten, so geben Sie die Essenzen ins Massageöl und massieren sie direkt an den entsprechenden Stellen des Fusses ein. Die Fussreflexzonenmassage lindert starke Beschwerden und bewährt sich auch vorbeugend. Auf der nebenstehenden Zeichnung finden Sie die zu behandelnden Punkte. Massieren Sie die Stellen vorsichtig. Zu viel Druck und allzu tapferes Aushalten von eventuellen Schmerzen kann oft gerade das Gegenteil der erwünschten Reaktion hervorrufen.

Massieren Sie die Zonen des Nasen- und Rachenraumes, die Nebenhöhlen, die Lymphen, die Niere, die Milz, die Bronchien, die Leber und die Därme. *Barbara Schwichert*

Rechter Fuss



Linker Fuss



## Schlüsselblume

(*Primula veris*)

Der erste, kleine Gruss des Frühlings in der Natur ist eine kleine, bescheidene Pflanze, deren zierliche Blüten sich dem Betrachter nicht aufdrängen. Ihren Namen – Schlüsselblume oder Himmelschlüssel – hat sie wohl deswegen erhalten, weil der Blütenstand eine gewisse Ähnlichkeit mit einem Schlüsselbund aufweist.

Das Ansehen der Schlüsselblume war schon im Mittelalter sehr gross. Man sagte, sie wirke «erweichend», «wärmend» und schmerzstillend; aber auch «gegen tierischen Biss und gegen Gicht».

Die Frühlings-Schlüsselblume wird 10 – 30 cm hoch. Sie besitzt rosettenartige, grundständig angeordnete Blätter. Ihr Wurzelstock ist kurz und fleischig. Die Pflanze blüht vom März bis Mai dottergelb. Man findet sie auf trockenen, sonnigen Wiesen und in lichten

Wäldern. Von ihr sammelt man den Wurzelstock mit der Wurzel, die ganze blühende Pflanze, aber auch die Blüten samt Kelch.

### Feines Teekraut

Die Schlüsselblume ist eines der feinsten Teekräuter. Alle Sorten haben eine gemeinsame Kraft, die Nierentätigkeit zu fördern und Harnsäure und Schleim auszuführen. Je stärker ihr Duft ist, desto heilkräftiger ist die Sorte.

Am feinsten sind natürlich Teezubereitungen aus frischen Schlüsselblumen. Wer aber nicht nur im Frühling diesen Tee geniessen will, kann die «Schlüsseli» auch dörren. Der grösste Teil des Aromas und der heilsamen Kräfte bleiben erhalten, sofern das Dörren sorgfältig vorgenommen wird. Am besten geht man folgendermassen vor: Die frisch gepflückten Blumen werden einen ganzen Tag der Sonne ausgesetzt, dann lässt man sie 3 – 4

Wochen fein verzettelt im Schatten liegen. Jetzt scheinen sie ganz dürr zu sein, aber man legt sie nochmals 4 – 5 Stunden lang an die Sonne. Anschliessend werden sie leicht zugedeckt und nicht fest verschlossen an einem trockenen Ort aufbewahrt. Nun können Sie das ganze Jahr Schlüsselblumentee trinken.

*Madeleine Ruchti*

SCHWEIZERISCHE GARTENBAUSCHULE  
5702 NIEDERLENZ



## Sei kein Frosch!

«Ach, wenn ich eine Leiter hätte,  
könnte ich mich als Wetterfrosch  
ausgeben.»

Das Rezept:

Eine Scheibe Brot, etwas Quark, ein Teelöffel Rahm, ein gekochtes Ei, zwei Oliven, etwas Salat, wenig Zitronensaft. Mit Tomaten garnieren.

Quark, Rahm und Gewürze miteinander mischen und auf die Brotscheibe streichen. Bei dem Ei ein Stück für den Mund herausschneiden. Die halben Oliven mit Zahnstochern aufspießen und als Augen ins Ei stecken. Das Ei auf die Brotscheibe stecken und mit Salat und Tomaten garnieren.

Weitere Rezepte finden Sie auf Seite 10.

Text und Bild:

Barbara Schwickert

D/168/277793  
SCHWEIZ LANDESBIBLIOTHEK

1983

HALLWYLSTR 15  
3003 BERN

A.Z./J.A.

CH-4500 Solothurn 1

Adressänderungen und  
unzustellbare Exemplare an  
Vogt-Schild AG Druck und Verlag  
CH-4500 Solothurn 1

**ZENTRALBLATT**   
des Schweizerischen Gemeinnützigen  
Frauenvereins (SGF)

