

Zeitschrift: Zürcher Illustrierte
Band: 5 (1929)
Heft: 31

Rubrik: Die Seite der Frau

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 22.12.2024

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

DIE SEITE DER FRAU

VON FALSCHEM UND RICHTIGEM SITZEN!

Eine neue Haushaltlehre predigt den Hausfrauen immer und immer wieder: erledigt alle Arbeiten, wie Gemüse putzen, Kartoffeln schälen, Obst verlesen usw., die sich sitzend verrichten lassen, im Sitzen! Dieser, der Beherzigung nicht genug zu empfehlende Rat kommt nicht von ungefähr. Er steht vielmehr in Zusammenhang mit einer neuzeitlichen Forschung am menschlichen Körper. + Warum soll die Hausfrau (und ihre Angestellte!) ihre Arbeit soviel als nur möglich im Sitzen vornehmen? – Früher hätte man mit einem Unterton von Mißachtung gesagt: aus purer Bequemlichkeit. Heute, da das Leben Beschaulichkeit überhaupt nicht mehr kennt, da der Phlegmatische, Bequeme von der allgemeinen Hast und Unruhe über den Haufen gerannt wird, heißt es: die Füße sollen nicht unnötig vom frühen Morgen bis späten Abend beansprucht werden, wenn es nicht nötig ist, sie sollen vielmehr dazwischen «entlastet» werden, indem die Hausfrau absitzt. + Wenn nun aber die Füße entlastet werden, die Last des Körpers an sich gleichbleibt, – wohin kommt dann diese Last, wenn der Körper sich in sitzendem Zustand befindet? Scheinbar wird ihm durch die Sitzgelegenheit ein Teil seiner Last abgenommen. In Wirklichkeit verteilt sich die Last nur. Das ist auch

der Fall in dem herrlichen Moment, den wir alle kennen, wenn wir nach langem Marsche absitzen. + Aber auch zwischen Sitzen und Sitzen ist ein großer Unterschied. Man kannte wohl früher ein «bequemes» Sitzen, aber von dem allgem. üblichen Sitzen sprach man nicht, obwohl es in



Bild links im Kreis: Moderner, niedriger Armstuhl mit breitem Sitz, eine äußerst bequeme Angelegenheit

Bild rechts: Die Filmschauspielerin Gräfin Eszterhazy mit ihrem Talisman, einer prächtigen weißen Katze



Wie eine Stickerin sitzen muß, ohne den Körper zu ermüden

niger gewordene Stuhl in seinem Sitz eine Tiefe aufweist, welche den Oberschenkel in seiner ganzen Länge trägt. So wird Entspannung garantiert für Körper und – für Gemüt. Wer einmal sich die neue Erkenntnis zu eigen gemacht, hat im täglichen Leben genug Gelegenheit, den Unterschied zwischen falschem und richtigem Sitzen am eigenen Leibe zu fühlen. *Margrit.*

Bild links: Der unrationelle Schreibtisch mit dem veralteten Drehschemel; rechts der rationalisierte Arbeitstisch mit vorteilhaftester Sitzgelegenheit.

