

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Der Führer. 1933-1936 1936

208 (29.7.1936) Die deutsche Frau

Die Deutsche Frau

Zum Weltkongress für Freizeitgestaltung:

Ferienfreude für die Frau

Jede Einseitigkeit bedeutet Begrenzung und Einengung zu eigenem Schaden und Nachteil. Wir schelten den, der dem Anspruch auf Vielseitigkeit der Eindrücke nicht nachkommt und der — sei es auch nur bei kleinen Anlässen — so etwas wie Einseitigkeit vermuten läßt. Seltener hat man sich früher mit der Frage beschäftigt, in die Einseitigkeit der Frauenarbeit etwas Abwechslung zu bringen. Man hielt es, einschließlich der Frauen selbst, für selbstverständlich, daß diese von früh bis spät ihre gleichmäßige Pflicht taten, daß sie am nächsten Tage wieder eben denselben Aufgaben nachkamen, am übernächsten wieder, und so ohne jede Abwechslung ein ganzes liebes Leben lang! Man wurde sich ernsthaft über die Schäden dieser einseitigen Tätigkeit klar. Bei mangelnder Abwechslung erschaffen Körper, Geist und Seele, sie kumpfen ab und Tüchtigkeit und Leistungsfähigkeit lassen nach.

Nun wird manche Frau einwenden, daß der Pflichterweis eine solche Abwechslung nicht zuläßt. Zugegeben, daß die Aufgaben, die an die Frau herantreten, grundsätzlich in einem ziemlich engen Rahmen festliegen, ganz gleich, ob die Frau nun an der Seite eines Ehegatten als Hausfrau und Mutter oder aber selbstständig als Berufstätige irgendwie selbstständig im Leben steht. Aber gibt es nicht auch Arbeitspausen, in denen die Frau etwas Beliebiges zu ihrer Entspannung tun kann; etwas, das nicht das Einerlei ihrer Pflichten vermehrt, sondern diesen entgegensteht? Denn nur dann hat die Frau eine wahre Erholung, wenn sie mit Hilfe ihrer pflichtfreien Stunden Abwechslung in ihr Dasein bringt. Nun ist dieser Rat gemäß leichter gegeben als befolgt, denn vielen Frauen fehlt es an den äußeren Gegebenheiten und Mitteln, ihre Freizeit so schön anzulegen zu können, wie wir es uns ausmalen: Ruhige Stunden der Selbstbestimmung, des frohen Zusammenlebens mit den Kindern, Erholung bei Sport und Wanderung, Entspannung bei Musik oder einem guten Buche, Bereicherung beim Fertigmachen von Bastarbeiten für die Kinder und Handarbeiten für den Freundeskreis, bei liebevoller Verschönerung des Heims. Wenn es trotz dieser vielen Möglichkeiten einer gesunden Freizeitgestaltung mit ihrer Verwirklichung noch nicht so vorwärts gehen will, wie es zum besten der Frauen unbedingt erforderlich ist, müssen Hinderungsgründe schwerer Art vorliegen.

Nochmals will man deshalb dem Problem der Freizeitgestaltung der Frau nachgehen: Es darf nicht dazu kommen, daß die deutsche Frau durch mangelnde Erholung, Ruhe und Selbstbestimmung einseitig, engherzig und arm an Eindrücken und Erlebnissen wird und för-

verlich und seelisch zu kränkeln beginnt. Es wird also auf dem Weltkongress für Freizeit und Erholung, der in diesen Tagen in Hamburg stattfindet, eingehend geprüft und gefordert werden, wie auch eine Frau durch richtige Arbeitsteilung und Ausfüllung der Freizeit für ihre Erholung zu sorgen vermag. Das vorliegende Programm gibt auch den deutschen Frauen Gelegenheit, zu allen Fragen, die für sie von Interesse sind, Stellung zu nehmen.

Bei der Eröffnungsfeier des Kongresses sprach die Reichsfrauenratsführerin Frau Gertrud Scholz-Lint über „Die Pflicht und Bereitschaft der Mitarbeit der deutschen Frau“ und gab damit den Auftakt zur Betrachtung des Freizeitproblems vom weiblichen Standpunkt aus geben.

Die Belastung der landwirtschaftlichen Arbeiterin wird in diesem Zusammenhang genau so wenig übergangen werden, wie eine Darstellung der Lage der Hausfrau. Die Hilfsdienstleistungen des Frauenarbeitsdienstes in Stadt- und Landhaushaltungen, die Mütterchulungen und die Auswertung brachliegender mütterlicher und fräulicher Kräfte zum Nutzen der Volksgemeinschaft, das alles sind Maßnahmen, die für die Teilnehmer des Kongresses von besonderem Interesse sein werden.

Neben dieser Sorge für die Frau und Mutter innerhalb ihres Tätigkeitsgebietes erhalten die Kongreßteilnehmer einen Einblick in die Fürsorge für die Frau außerhalb ihrer Arbeit durch die Schaffung von Urlaub und Erholung. Das Frauenamt ermöglicht durch Studentinnenausstausch einen zusätzlichen Urlaub für die Arbeiterin, die NZW gibt der Mutter durch ihr Hilfswerk „Mutter und Kind“ wie durch die Müttererholung die Möglichkeit, sich während ihres Urlaubs wirklich zu erholen.

Die Behandlung der Frage „Frau und Freizeit“ auf diesem Kongress wäre aber unvollständig, wenn man sich darauf beschränken wollte, die Möglichkeiten aufzuzeigen, der Frau zum wirklichen Genuß einer — von anderen gestellten — Freizeit zu verhelfen. Man wird genau so versuchen, den unmittelbaren Anteil der Frau an der Gestaltung ihrer Freizeit darzulegen. Im Anschluß an den Kongress wird eine Besichtigungsfahrt durch Deutschland stattfinden, auf der die Teilnehmer auch Gelegenheit haben werden, einen großen Teil der aufgeführten Einrichtungen wie Mütterchulung, Frauenarbeitsdienst usw. zu besichtigen.

So wird der Kongress auch mit dazu beitragen, dem Ausland ein Bild der deutschen Frau zu vermitteln, wie es wirklich ist.



Rast in der Sonne

Aufnahme: Dr. P. Wolf

Feierabend der berufstätigen Frau

Die Stunde schlägt. Das Tagewerk ist beendet. Der Feierabend beginnt. Im Laufe des Tages spiegelt sich so der „dreifache Schritt der Zeit“. Aus dem Schloße der Nacht, der Vergangenheit, erwachen wir zur Tätigkeit der Gegenwart, im Feierabend aber ruht schon das Morgen der Zukunft beschlossen, zu dem er uns hinführt. Das ist der tiefste Sinn der Freizeit, uns auf den kommenden Tag, das künftige überhaupt vorzubereiten; doch hat sie wie jeder Zeiteil und jedes Zeitalter auch ihren besonderen Wert.

Wer sein Tagewerk erfüllt, hat sich seine Ruhe verdient und er soll sie mit der gleichen Sorgfalt genießen, die er an seine Arbeit wandte; sie ist ihm so nötig wie die Arbeit selbst.

Schlechte und unbefriedigende Arbeit ist ebenso oft die Ursache veräurter und mißbrauchter Freizeit und ver-

lorener Nachtruhe als ungünstiger Arbeitsbedingungen und unlieber Arbeit.

Doch gibt die Arbeit ihrerseits der Freizeit Gehalt und Glanz. Wer sie nicht „im tiefsten Herzen spürt“, den entläßt sie mühsam, unruhig, verflucht; aber auch wer sie übertrieb, enttrübt und ausgeleert seinen Feierabend antritt, hat sich um ihn gebracht. Es ist beides Betrug an ihm, das Zuviel und das Zuwenig an Arbeit, das ihm vorausgeht.

Es soll das Tagewerk gerade so viel Wucht gehabt haben, daß die Ruhe die Waagschale des Tageslaufes ins Gleichgewicht zu bringen vermag vor der Ruhe der Nacht.

Und wie muß Freizeit beschaffen sein, um dieser Aufgabe gerecht zu werden? Sie muß dem dreifachen Anspruch genügen: beruhigen, kräftigen und anregen.

Das Beruhigende zuerst; denn dagegen wird viel geklagt, besonders in der ersten Arbeitspause, in der Essenszeit. Sie ist meist knapp bemessen; trotzdem müssen wir es fertig bringen, sie so einzurichten, daß jede Hecke vermieden wird. Die Frau, die als Hausfrau die Mahlzeiten in den Mittelpunkt ihres Abendens, Schaffens und Sorens stellt, ist so gerne bereit, sie als berufstätige Frau zu vernachlässigen. Aber wie bitter rächt sich der Mangel, wenn er schlecht behandelt wird!

Wichtig ist indes das, was man isst, ist es, wie man isst. Steht uns die Seinsfrage zum warmen und reichlicheren Essen zu viel Zeit, so verzehren wir einen kleinen Imbiß in der Nähe oder unter Mitgebrachtes, wie es die ungeteilte Arbeitszeit überhaupt notwendig macht. Nur darf das Einnehmen der Mahlzeit nie zum kulturlosen Sinnuntergehen werden.

Uns kleinem legt sich der Alltag auf; aber jedes kleine darin hat auch seinen Geltungswert; es kann ebeno verstimmen und bedrücken, wie es wärmen und leuchten kann. Niemals sollten Frauen die Männergewohnheit des

Zeitungslesens beim Essen nachmachen und dulden. Das mag nach Tisch geschehen; aber es schädigt und entwertet die Mahlzeit. Der körperliche Essenszwang wird nicht veredelt durch ein mürrisches und gedankenabwendendes Vertilgen der vorgelegten Speisemenge, wohl aber durch gefälliges Anrichten, anmutige Tischsitten und ein leichtes Gespräch. Denn das ist sinnwidrig und geschmacklos, traurige Vorkommnisse und philosophische Fragen am Tisch abzuwandeln. Der Tag mühte das ebenso vorzuziehen, wie er es erfordert, daß man vor der Mahlzeit Hände, Haar und Kleidung in Ordnung bringt.

Nach Tisch aber mühte man ein wenig ruhen können. In den modernen Studentinnenheimen steht jeder Besucherin ein bequemer Stuhl zur Verfügung; das sollte mit der Zeit allen berufstätigen Frauen zuteil werden. Das halbe oder Viertelstündchen in Liegepause bei einer Tasse Kaffee, einer leichten Lektüre oder in gänzlicher Entspannung verbracht, härt mehr als Bewegung, so gut die frische Luft auch tut. Der Liegestuhl im Garten oder auf der offenen Veranda wäre die glücklichste Lösung. Für diese Ruheminuten sollte Schweigepflicht gelten und es wäre gut, wenn sie auch auf dem Gang oder Fahrt zur Arbeitsstätte wenigstens größtenteils eingehalten würde. Jedes Tagewerk ist ein unwiederholbares, unwiederbringliches Stück unseres Lebens. Es fordert eine Rechenhaftigkeit von uns, wenn wir es vergeuden. Viel guter Arbeitsgeit wird aber auf dem Wege durch bedeutungsloses Schwätzen zerredet und durch verfliegene Romanlektüre zerlesen. Es ist so schwerwiegend für die Güte einer Arbeitsleistung, in welcher Stimmung, in welcher Bereitschaft man sie antritt. Daß es die rechte sei, das eben soll die Freizeit uns vermitteln und sie wird es in der Essenspause dann tun, wenn das Maß uns mündet, an sich und durch sein Drum und Dran, und Körper und Seele sich zu neuem Arbeitsantrieb erholten.

Das eigentliche Kräftigen und Anregen gebührt der großen Pause am Arbeitende. Ihr folgt die Ruhe der Nacht; sie gleichfalls nur dem Ausruhen zu bestimmen darf nur den Tagen körperlicher Anfälligkeit und seelischer Erschöpfung vorbehalten bleiben; denn den gesunden Menschen schädigt zu viel Ruhe mehr, als sie ihm nützt... In den Ruhestunden der berufstätigen Frau

darf die Leibesübung so wenig fehlen wie die Wissenschaft und Kunst. Gerade sie, die in ihrer Mehrheit ehelosen Frauen, müssen ihr Leben weit und reich machen. Enger zerrt ihnen Arbeit und Leben viel eher als der Hausfrau, der im Mann und in den Kindern stets das Äußere zusetzt, die durch sie auch in eine ganz anders bildende Lebensgemeinschaft hineingeführt ist als die Mann- und Kinderlose. Es gab eine Zeit, in der die ledige Frau in ihre Arbeits- und Wohnstätte eingeschlossen war, weil die Sitte es ihr verbot, allein zu reisen oder auszugehen. Das erscheint uns heute grausamer, als es war; denn einmal hatten die meisten teil an einem Familienverbande und seiner Geselligkeit; der Rest aber bestand aus den weiblichen Berufspionieren, die ihr Lebensglück in der Arbeit und im Zusammenhänge mit den Gleichgesinnten sahen, oder so freihelmsfanatisch waren, daß ihnen an der Sitte und am Urteil der Zeitgenossen nicht gelegen war.

Wenn sich auch heute die Frau die Anregungen ihrer Freizeit zum großen Teil draußen suchen wird, in Vorträgen, Geselligkeit, in Konzert und Theater, auf Reisen und beim Sport, so darf sie nie die Stimme überhören, die ihr mahnt, „Was zu ergreifen ist, und was zu fliehen ist“. Es soll die Freizeit gerade so viel Wucht haben, daß sie die Arbeit zum Abklingen bringt und Körper und Seele gestillt in die Nachtruhe einmündet.

In öden Arbeitszeiten muß sie den Schwung und Auftrieb geben, der uns aushalten läßt und uns den Glauben an den Sinn unseres Lebens erhält; nach großem Arbeitserleben muß sie uns das sanfte Schummerlicht singen, in dem Geist und Herz vererbuen, um sich zur neuen Flut zu stärken; aber sie muß auch die großen menschlichen Aufgaben stellen, in denen die berufliche Frau beweisen kann, ob sie an der Arbeit gewachsen ist, ob sie ihr Weibtum und ihre Mütterlichkeit nicht über dem Männerwerk verkümmern ließ.

Denn schließlich hat jedes Frauenleben nur dann vollen Lebenswert, wenn eine ganze Frau, eine echte Frau sich in ihm vollendet.

Aus: Tagewerk und Feierabend, von Elise Schlicht.



Sonnenuntergang am Fluß

Aufnahme: E. Bauer

Mütter erholen sich / Eine Anregung auch für andere

Wenn der Sommer kommt, Reisegeanken auftauchen und viele Freunde und Bekannte zur See und ins Gebirge rufen, dann bin ich immer ganz glücklich, daß ich nicht für meine Kinder alles nähen und waschen muß, und daß wir nicht zur Erholung fortziehen müssen. Ja, wir sind eben in der sehr glücklichen Lage, das ganze Jahr über gewissermaßen zur Erholung verweilt zu sein, denn wir haben ein eigenes Haus mit Garten, und in dem Garten ist ein wunderschönes großes Planschbecken für Eltern und Kinder und Vieles. Also wir haben Sonnenchein, gute Luft, Wasser, ein sehr praktisch eingerichtetes Haus, das wenig Arbeit macht, kann es mich da locken, mit 3 Kindern in einem einzigen primitiven Zimmerchen zu schlafen, etwa darin noch ein bißchen für das Kleinsten zu kochen? Nein, das bleibe für mich nur: meine Arbeitsstätte an einen anderen Platz verlegen und unter sehr viel schwierigeren Umständen dort meinen Haushalt weiterführen. Aber 4 Wochen mal ausspannen, möglichst wenig tun und dabei unsern Garten recht genießen, das wäre schon nach meinem Sinn. Und so kam ich auf einen ganz grobartigen Gedanken, der sich sehr bewährt hat.

Mitten im dichtesten Häusermeer der Stadt kenne ich eine junge Mutter mit 2 Kindern; sie wohnen in einer kleinen nach Norden gelegenen Wohnung, haben weder Garten noch Balkon. Blumen, Blätter und Vögel kennen die Kinder nur aus den öffentlichen Anlagen, wohin die Mutter täglich mit ihnen eine Stunde am Tage hinspaziert. Geld zum Verreisen ist gar nicht da, die Kinder sind blaß und schmal, aber verhältlich werden sie nicht, weil andere da viel bedürftiger sind. Diese junge Mutter besuchte ich an einem strahlenden Sommertag, besprach alles mit ihr, und wir schlossen folgenden Pakt: Die Stadtmutter mit ihren 2 Kindern zieht für 6-8 Wochen zu uns heraus in unsern Sonnenchein, und da machen wir alle zusammen Ferien. Sie denken nun sicher, das stimmt nicht ganz, da lade ich mir 3 Leute zu Besuch ein, und will noch dazu Ferien machen! Nun ja, so war auch die Auffassung nicht, sondern wir haben als ganz vernünftige Menschen miteinander vereinbart, daß wir uns gegenseitig helfen wollen, und so haben wir gewissermaßen für jeden eine bestimmte Dienstzeit am Tage ausgemacht. Abwechslend sollte jeder eine Woche Vormittags- und die nächste Woche Nachmittagsdienst haben, der andere aber sollte in dieser Zeit gewissermaßen beurlaubt sein, sollte sich erholen durch Liegen im Garten, lesen, spazierengehen usw. Eine anständige Gesinnung wurde auf beiden Seiten vorausgesetzt und so sprangen wir beide mutig in dies Wagnis.

Eines Tages erschien Frau Luise mit Marianne und Peterchen und einem kleinen Neikötter, der das Nichtigste barg; denn das hatten wir ausgemacht: so einfach wie möglich. Die Kinder wohnen im großen Kinderzimmer mit, und es war sehr lustig und fröhlich, all den fünften abends gute Nacht zu sagen, und morgens war ein Getriebel und Getrappel in all den Betten und ein Geschrei und Getöbe, wunderschön war das: soviel gelaudes Kinderleben um sich. Frau Luise aber schielte auf dem Sofa, im Arbeitszimmer des Vaters, denn sie sollte nach dem Essen in den Garten gehen, sollte nicht gestört werden durch das Schnarchen und Herumdrehen der schlafenden Kinder. Die Kinder waren ja alle aus dem Sänglingsalter heraus und schliefen nachts gut durch, die konnten also gut sich selbst überlassen bleiben.

Nun denken Sie sicher, die fünf Kinder hätten an die Nervenkraft von uns 2 Müttern erhebliche Anforderungen gestellt! Aber von den Kindern merkten wir kaum etwas. Die waren so beschäftigt mit sich, daß sie an uns gar nicht dachten. Gleich am nächsten Tag hatten sie damit begonnen, sich eine große Höhle im Garten auszugraben, und dann entspann sich das romantischste Indianerleben, die kleinen Mädchen samt ihren Puppen wurden getraut und eines Tages sollte gar unser Baby geschlachtet werden — natürlich nur provisorisch, aber es war eben alles doch mit sehr viel Arbeit verknüpft, denn da mußten Messer und Beile aus Holz gemacht werden, da mußte ein Zelt aufgeschlagen werden und Gott weiß, was sonst noch nötig war. Die Kleineren spielten — soweit sie nicht von den Indianern benötigt wurden — auf dem Sandhaufen oder ließen Schiffchen im Planschbecken schwimmen. Ja, die Kinder lebten so in ihrer Welt, daß sie eines Tages gar nicht mehr damit einverstanden waren, daß sie zur Nacht in Betten und in einem Zimmer schlafen sollten; es wäre eine so laue Sommernacht, sie mühten wie richtige Indianer in ihren Zelten im Freien übernachten.

Also Sie sehen, in dieser Hinsicht waren wir die Kinder los. Und auch sonst wurde nicht viel Federlesens gemacht: abends wurden sie alle 5 der Reihe nach in die Badewanne gestellt und abgeschrubbt und getraut, dafür ging's morgens gleich im Badeanzug in den Garten, nachher wurde im Planschbecken gebadet. Instandhaltung von Kleibern und Wäsche kam also gar nicht in Frage — und billig war das so auch. Das Kinderzimmer mußte morgens gleich im Großen fertig abgeliefert werden: Betten gemacht, ausgelegt, abgestäubt. Und da die Kinder den ganzen Tag im Garten waren, wurde so auch die Hausarbeit auf ein Mindestmaß eingeschränkt, so daß also der „Vormittagsdienst“ sich auch nicht über zuviel Zimmerreinigung beschweren brauchte. Alle Maßnahmen wurden im Garten unter der alten trummern Mauer eingenommen, und auch was das Essen anbelangt, war die Parole: so einfach wie möglich. Einfach war unser Essen, aber trotzdem wurde sehr vernünftig und modern gekocht. Morgens gab es eine große Schüssel voll roher eingeweideter Hahnenfleisch mit ordentlich frischen Erdbeeren oder Kirichen daruntergemischt, das erparte Getränkebereiten, Brote streichen bedeutete zugleich eine Verminderung des Abwaschs, denn jeder brauchte so nur einen Teller und nur einen

Beißel, weiter gar nichts; geschmeckt hat es allen wundervoll, und jeder war so satt, daß die nächste Mahlzeit erst mittags nötig wurde. Da gab es dann entweder ein Eintopfgericht, oder Bratartoffeln mit Gemüsesalat oder eine Süßspeise mit viel Obst. Das machte wenig Arbeit, war gesund und billig. Abends bekam jedes Kind einen Teller voll Grießbrei oder Schrotbrot mit Butter und frischem Obst. Die Abwäsche des Geschirrs wurde nach der Mahlzeit vom diensthabenden Teil erledigt und 2 Kinder hatten Abtrockendienst. Das machten die Kinder mit viel Freude, und uns Müttern war auch wieder geholfen.

Ja, und wir Muttis, wir fanden das wundervoll. Unsere Kinder waren wir auf die angenehmste Weise „los geworden“, beaufsichtigten sie so ganz nebenbei, trockneten einmal ein paar Tränchen, und sonst spielten wir einmal so richtig mit unsern Kindern, einmal war ich als Indianer-Großmutter eingeladen, und ein ander Mal wieder war ich ein Seeungeheuer, das die Kinder am Land fahl und sie ins Wasser schleppte. Unser Grundsatz: alles so einfach wie möglich! Übertragen wir auch auf die Erziehung der Kinder. Aus nichts wurde eine Tragödie gemacht, alles war ganz einfach und leicht zu nehmen, sagte eins sich nicht in die Gemein-

Die Hausfrau am Sonntag

„Man muß die Feste feiern, wie sie fallen!“ Das ist ein sehr lebenskluges Wort, denn dahinter steht die Tatsache, daß man sich an feierlichen Festtagen oft gar nicht so festlich fühlt, wie es eigentlich der Fall sein sollte.

Ganz trostlos ist es aber oft mit den Sonntagen bestellt. Es will und will keine sonntägliche Stimmung kommen, so gern man es auch möchte. Und woran liegt es: weil wir die Sklaven unserer Gewohnheiten sind! Geradezu tyrannisch gehen sie mit uns um. Jedes Ding in unserm Leben hat seine Stunde und jedes Ding fordert die ihm gebührende Aufmerksamkeit.

In jedem Sonntag aber sollte man sich etwas Schönes vornehmen, damit man wieder neue Kräfte für die Aufgaben der Woche sammeln kann. Auch die Frau hat die Erholung am Sonntag finden, wenn die Familie die Sonntagsarbeit nicht allein auf die Schultern der Frau lastet.

Man stelle sich nur einmal den üblichen Sonntagvormittag in vielen Haushaltungen vor: Einmal ist der Mann da, dann sind es die Kinder, in der einen Familie kleine Kinder, in der anderen erwachsene; aber alle stellen gleichermassen Ansprüche an die Frau. Der eine wünscht dieses, der andere jenes, aber in einem sind sie sich alle einig: die Frau und Mutter soll alle Wünsche erfüllen. Dabei hat die Frau ohnehin alle Hände voll zu tun. Die Zimmer müssen aufgeräumt werden, und je enger man wohnt, um so mehr ist zu ordnen. Die kleinen Kinder müssen gebadet und angezogen werden. Der Mann wünscht seinen Sonntagssitz in tadelloser Ordnung. Manchmal muß noch irgendein Wäschehäufchen gebügelt oder gar gewaschen werden und endlich der Sonntagssbraten! Er macht der Frau Sonntags noch mehr Arbeit, als sie sonst schon hat. Mann und Kinder geben vielleicht aus und machen einen Morgen Spaziergang.

Die Frau aber steht inzwischen am Herd und kocht das Mittagessen, das pünktlich auf dem Tisch stehen soll, wenn die Spaziergänger hungrig heimkommen. Sie wäre auch gern mitgegangen, sie hätte auch frische Luft nötig gehabt. Wie schön wäre es gewesen, wenn alle gemeinsam den Sonntagmorgen hätten genießen können! Nicht wahr, das läßt sich ändern? Es gehört nur ein wenig Kameradschaft dazu, ein wenig Verständnis und ein wenig Anerkennung der Frauarbeit. Jeder muß ein paar Handgriffe mitbieten und sich nicht mehr bedienen lassen, dann ist die Arbeit schnell getan und die Familie ist gemeinsam für Schönes bereit.

Ohne daß es Geld kosten muß, kann man den Sonntag froh gestalten. Die Natur hat auch in der Nähe der Stadt immer eine Freude bereit für die Menschen, die schauen gelernt haben, und wer ein Fahrrad besitzt, ist ganz besonders gut daran. Ueberall sind heute Schwimmbäder, die ungläubigen Volksgenossen wieder neue Kraft und Frische geben.

Wir haben ja Gott bei Dank gelernt, daß Sonne, Licht und Luft dem Körper notwendig und nicht schädlich sind. Städtler, die einen Strebergarten haben, und es sind deren viele, werden ihren Sonntag meist da verbringen, wenn das Wetter keinen Strich durch die Rechnung macht. Mutter liegt im Liegestuhl, die Kinder spielen. Vater liest die Sonntagszeitung und häkelt dann ein wenig herum, weil das nun eben einmal seine Leidenschaft ist.

So können alle, die es richtig anfangen, alle, die sich dem Leben gegenüber richtig einstellen, zu ihrer Sonntagsfreude kommen. Niemand braucht andere zu beneiden, niemand braucht bitter zu werden, wenn es gelinnet, daß Kameradschaft den Egoismus überwindet. Das Leben ist kurz und darum wollen wir es nützen. Wo Arbeit ist, da muß auch Erholung sein. Sonntag sein, im wahren Sinne des Wortes.

T. Dieckert.

Kinderkleider für die Ferien

Wenn man die Bilder alter Meister betrachtet mit den nach Art Erwachsener gekleideten Kindern — Vierjährige in Reifrock und Krinoline oder in Waterröckchen und Wallensteinrod — so fräuben sich uns die Haare vor so viel eitlem Grausamkeit, die junge, im Wachstum be-

es ungeduldig wurde, und schließlich gelangweilt an der Wand herum rekelte.

Und was war eigentlich schuld daran, daß dem Jungen die Freude des Spiels genommen war und die Mutter sich alle paar Minuten aufregte und ärgerte? Die Schuld lag in der Kleidung des Kleinen. Er hatte ein hellblaues Kittelchen über kleinen weißen Höschen an. Ist das die richtige Kleidung, wenn ein Kind spielen will? Nein! — Hätte der Junge ein hellgraues Kleidchen angehabt, oder zum mindesten eine Schürze übergezogen, so wäre der Vormittag für die Mutter ruhiger und für das Kind freudvoller verlaufen. Es ist gewöhnlich nur falsche Eitelkeit, die die Mutter veranlaßt, ihre Kinder zu „putzen“.

Zum Spielen soll man Kindern am besten hellgraue oder mattgraue Kleidchen anziehen, oder aber Kittelchürchen. Darin fühlen sich die Kleinen am wohlsten. Das Spielkind bewegt sich gerne in losen Hängerschürzen oder Spielhöschen. Hals, Arme und Beine bleiben frei. Der Kopf bleibe möglichst unbedeckt, nur bei Kälte ist ein

Stück der Luft und fest sie gerade der Gefahr aus, daß sie sich in kühlerer Jahreszeit erkälten.

Wie befreit ist es, wenn man ein Kind sieht, das froh und unangezogen spielt und lacht, und aus dessen Augen die Freude strahlt.

Eine besondere Rolle spielt auch die Unterkleidung. Sie soll leicht und porös sein, die schädlichen einengenden



griffene Körper in Korsetts und Halskrausen und fußlange Kleider zwängte.

Die große Reform in der Kinderkleidung ist nur langsam vor sich gegangen, noch bis vor wenigen Jahren hielt eine überängstliche, mißverstandene Vorsicht an zu warmer und unbequemer, ungemessener Kleidung des Kindes fest. Ein Kind braucht noch keine „Mode“ und keinen unnötigen Ballast. Eine natürliche, den Bedingungen des Wachstums und des Luftwechsels untergeordnete Kleidung ist zweckentsprechend und gesund und wird auch geschmackvoll sein. Sie wird einfach und möglichst leicht nachbar sein, der Körper soll volle Bewegungsfreiheit haben.

Kürzlich sah ich auf einer Bank im Park. Eine junge Mutter mit ihrem Söhnchen setzte sich dazu. Es war ein lebhaftes dreijähriges Kind, das sich für alle anderen Dinge ringsum interessierte, nur nicht für das Kleinhaltene seines Kittelchens. Daern wurde das Bürschchen von Mähmörtern der Mutter unterbrochen: Nicht die schmutzigen Händchen am Kleid abwischen! nur kniest du wieder in den Sand! — aber Junge, lehne dich doch nicht an jeden schmutzigen Baum! So ging es fort. Ich konnte deutlich sehen, wie die Spiellust des Kindes abnahm, wie



Wollmütchen zu empfehlen und bei starker Sonnenstrahlung und Hitze ein leichter Sonnenhut aus Leinen oder Baststoff. Wer seine Kinder jetzt zu warm anzieht, der entwöhnt



Gummisüße sind auf jeden Fall zu vermeiden. Am besten ist ein Leinwand, an das die Höschen angeschlossen werden.

Zu den Abtötungen:

- a Spielanzug für Buben aus weißem Baumwollstoff. Die Hose ist mit dunklerem Stoff gepolstert. Verlinntertrappe zum Verschluß.
- b Kleidchen aus blauem oder weißem Baumwollstoff. Verlinntertrappe zum Verschluß.
- c Kleidchen für jedne bis zwösjährige Kinder aus zart farbigem leichtem Stoff. Schürze, anliegendes Mieder, Halbinde im Rod.
- d Badeanzug aus blauem oder grauem Leinen. Dazu helles Hemd. Die Hose wird auf das Hemd gestülpt.
- e Kleidchen aus gemittelterm Leinen. Kittelchürze oder abgetrenntes. Die Halbinde ist aus dem gleichen Gewebe nur einseitig.
- f Badeanzug aus hellem Hemd und dunklerer Hose. Kittelchürze.
- g Helles Kleidchen aus Baumwollstoff mit dunkleren Baumwollstoffen bezetzt. Die Borten sind im Rücken genau so angeordnet wie am Vorderteil.

Allen Marmeladenkochen stellt man in 10 Minuten mit Opekta



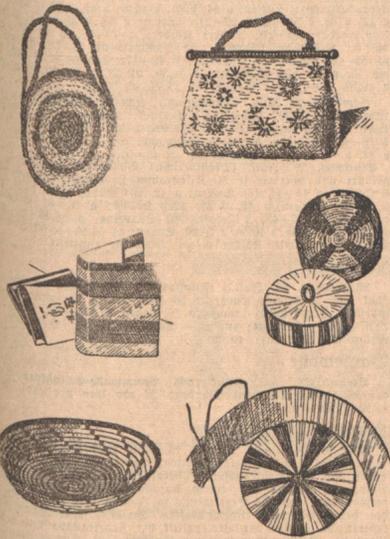
denn mit Opekta wird die Marmelade billiger. Ohne Opekta nämlich kocht die Marmelade durch die lange Kochzeit häufig bis zur Hälfte ein. Mit Opekta jedoch bekommen Sie ungefähr das ganze Gewicht an Marmelade in die Gläser, das Sie an Obst und Zucker in den Kochtopf geben.

Wichtig! Opekta gibt es nur echt in Original-Flaschen, niemals lose!

Praktisches und Hübsches aus Bast

Er ist ein richtig sommerliches Material und regt deshalb sehr zum „Basteln“ an. In allen Farben kann man ihn kaufen — was läßt sich nicht alles daraus anstellen!

Ein paar kleine Hinweise sollen helfen.
1. Bastarbeiten über Pappe gewickelt:
Man lege einen runden Teller auf feste, jedoch zugleich biegsame Pappe und zeichne die Umrisse desselben darauf, schneide die Form aus und messe nun die Mitte genau aus und schneide danach ein rundes Loch, mindestens in der Dicke des Daumens. Nun kann die Arbeit schon anfangen; man nehme die Bastfäden in der vollen Länge und wickle die Fäden schön glatt von der Mitte aus strahlenförmig zum Rande. Der erste Faden, mit



manchmal die verschiedenen Fäden, in den Farben passend, aneinanderknoten, das Muster läßt sich aber auch sehr schön nachher mit der Stopfnadel aufwickeln, allerdings nur freihändig, da ein Aufzeichnen nicht möglich ist. Der Rand wird dann an den Boden angenäht, ebenfalls mit Bast, es kann nachher eine gestochene Schnur die Naht verdecken, jedoch ist dies nicht unbedingt nötig; wenn die Stiche nicht zu dicht, da die Pappe sonst austrocknet gleichmäßig nebeneinandergelegt werden, bilden sie gewissermaßen in sich eine Verzierung. Soll dieses nun entstandene Körbchen noch einen Deckel haben, so müßte er in jedem Falle etwas größer als der Boden sein, so muß im Innenrand nochmals ein 1 bis 1 1/2 Finger breiter Reifen eingenaht werden. Das Zusammennähen der einzelnen Teile aneinander ist mühsam und unhandlich, es geht am besten mit einer dünnen, am Ende gebogenen Schütznadel, die aber schwer zu bekommen ist.

Bei viereckigen Formen muß der Boden, ebenfalls der Deckel, erst einmal längs und einmal quer bewickelt werden, da der Bast sonst die Fläche nicht deckt, auch muß beim Wickeln besonders fest angezogen werden. Die Ecken müssen viermal an den genau abgemessenen Stellen leicht mit einem scharfen Messer längs angekerbt werden. Bei viereckigen Formen kann also in der Mitte keine Deckung geschnitten werden. Bei ovalen Formen schneide man das Loch in der Mitte länglich aus und verfähre sonst genau so wie bei den runden Formen.

Die Grundfarbe kann bei diesen Arbeiten gewöhnlicher ungefärbter Gärtnerbast sein, der dann mit dem neueren bunten Bast verziert wird. Den Bast schlage man vor der Arbeit in ein leicht angefeuchtetes Tuch und lasse ihn einige Stunden vorher darin liegen, zu naß

darf er nicht verarbeitet werden, da die Pappe sonst weillig wird.

2. Eine zweite Verarbeitungsmöglichkeit des Bastes ist das Häkeln zu Einhol- und Vademalchen, Unterlagern und Decken, z. B. für Balkon- und Veranda Möbel. Hierbei kann man genau so wie bei Wolle verfahren. Der Bast muß trocken verarbeitet werden und nach Fertigstellung mit einem feuchten Tuch glattgebügelt werden, kleine Nachhilfen durch Nadeln und Ziehen sind oft erforderlich während des Häkelns. Oft sehen solche Arbeiten vor dem Bügeln recht trostlos aus, aber nur Mut, Bügeln macht alles wieder gut.

3. Noch eine Möglichkeit der Bastverarbeitung ist das Besticken von Kamevas (Stramin), Jute oder derlei steifen, klaren Stoffen. Wunderschöne Handtaschen, Decken, Matten, Kissen, Kaffeewärmer können auf diese Art entstehen. Hierbei darf der Bast keineswegs angefeuchtet werden, wie oft in Handarbeitsgeschäften geraten wird, denn die gebleichten Stoffunterlagen gingen dadurch ja vollkommen aus der Form. Ein sehr dekoratives und einfaches Muster bilden Streifen in Fingerbreite, platt gestickt, in verschiedenen Farben, den Stich dabei nach dem Kamevasmuster gelegt. Beim Nähen der geraden Streifen muß dem fertigen Streifen der nächste im selben Loch folgen, es entsteht zum Schluß an der Stelle, wo die beiden Streifen sich treffen, eine Rinne, die nachher mit Stichtisch verdeckt wird. — Wenn man sich erst mit dem Material und der Technik dieser Art Arbeiten vertraut gemacht hat, kann man an schwierigere Muster gehen. Man zeichne das Muster mit Buntstiften oder Wasserfarbe direkt auf den Stoff, wobei man den Pinsel möglichst wenig anfeuchtet und die Arbeit vor dem Nähen völlig austrocknen läßt. Da das Zeichnen auf diesen Stoffen aber sehr schwierig ist, ist es noch zweckmäßiger, eine bemalte Papiervorlage an verwenden; dabei verwende man kariertes Papier, damit man einen Maßstab zum Abmessen der Näher im Stoff hat.

verzehrt, ebenso wie alle frischen Früchte, die ausgetrocknet keine schlechten Stellen erhalten. Auch Gemüse soll möglichst nicht unnötig lagern.

Mit Begeisterung gehen wir an das Einmachen des jetzt in so großen Mengen auf den Markt gelangenden Obstes, Kompott und Säfte, Marmelade und Gelee werden unter eiserner Bekand sein in den langen Monaten, da unser Boden ruhen muß. Bis dahin hat es noch eine Weile Zeit, doch umso mehr wollen wir gerüstet sein mit Vorräten. Indem wir sie aus unseren deutschen Erzeugnissen schaffen, und indem wir im Sommer dem Verderben unserer mit soviel Mühe und Schweiß erzeugten Nahrungsmittel vorbeugen, schützen wir nicht nur uns selbst, sondern unser ganzes Volk.

Hilde Fries.

Das Haltbarmachen von Süßmoß

Frisch getelterten Saft von: Beeren, Kirchen, süßen und sauren; Birnen, Äpfeln wird in gut gewässerte, sauber gepuhte Flaschen soweit eingefüllt, daß 1/4 des Flascheninhaltes freibleiben. Die unverfärbten Flaschen werden in einen Beck oder Waschtrog auf den Einlaß oder auf eine Lage Hen oder Holzwohle so nebeneinander gestellt, daß sie sich nicht berühren. Man gießt soviel kaltes Wasser in den Topf, daß die Flaschen bis zum Hals im Wasser stehen. In eine Flasche steckt man ein Thermometer (aus der Blechhülle genommener Thermometer). Vorsicht, nicht unten in der Flasche anstoßen lassen! Wenn das Thermometer 70 Grad Celsius anzeigt (das Thermometer wird immer wieder in eine andere Flasche gesteckt), dann wird nach 2-4 Minuten eine Flasche nach der anderen herausgenommen und sofort mit den gebräuteten Korben mit der Korbmachine verschlossen. Die Flaschen werden bis zum völligen Erkalten des Saftes in einen Korb gelegt. Der Boden des Korbes ist mit Holzwolle oder mit Sägen beschichtet. Die Korbe müssen mindestens eine Stunde durchdampfen. Beim Gebrauch legt man sie in frisches heißes Wasser, dem man etwas Salzöl zugegeben hat.

Bevor man die Flaschen in den Keller bringt, wird der Korb durch Hineintauchen in flüssiges Paraffin oder in Stearolal gut abgedichtet.

Der auf diese Weise bereitete Süßmoß bleibt völlig frisch im Geschmack und ist unbedingt haltbar.

Essigbereitung aus Obstabfällen

Aus allen Obstabfällen, d. h. aus dem Rückstand vom Durchtreiben der Früchte, sowie aus Apfel- und Birnenstücken u. a. kann man im Haushaat einen guten Essig herstellen. Faulende Teile von Früchten und saures Obst darf jedoch nicht dazu verwendet werden.

Die saueren Abfälle werden in einen Steinzeugtopf gegeben. Man gießt warmes Wasser (auf 1 Liter — 1 Egl. Zucker) über die Obstabfälle, es muß handbreit darüber stehen. Der Essigtopf wird mit einem Tuch bedeckt in der warmen Küche oder an der Sonne hingestellt. Die in der Luft vorhandenen Gase bringen den Topfinhalt in Gärung, d. h. sie wandeln den Zucker in Alkohol und Kohlensäure um (weingehaltige oder alkoholische Gärung). Man rührt täglich in der gärenden, schäumenden Masse um. Auf die alkoholische Gärung folgt, durch die sich ebenfalls in der Luft befindenden Essigsäure, die Essigsäuregärung. In der warmen Jahreszeit ist die Essigsäurebildung in 2-3 Wochen, im Winter in 5-6 Wochen beendet. Man stellt den fertigen Essig ab, füllt ihn in Flaschen und stellt diese angehängen oder leicht verschlossen mit Korben an den anderen Vorräten.

Der Obstessig ist außerordentlich mild, er enthält wenig Essigsäure, dagegen angenehme Geschmacksstoffe des Obstes und die Obstsäuren. Zum Würzen von grünen Salaten, von Rohkost, von Kräuteressig ist dieser schmackhafte Essig ganz vorzüglich geeignet. Er kann auch Kindern und Kranken und allenfalls gegeben werden.

Wegen des geringen Essigsäuregehaltes ist der Obstessig nicht lange haltbar. Man kann ihn mit starkem Essig mischen und dadurch haltbar machen.

Sommerliche Hauswirtschaft

Seien wir gerecht: Von der deutschen Hausfrau wird in unseren Tagen sehr viel verlangt, immer wieder erhält sie Hinweise und Anregungen zur richtigen Ausnutzung des Wirtschaftsgeldes, der Nährwerte in den einzelnen Nahrungsmitteln, und schließlich greifen alle guten Ratsschlüsse in der Wahrung zum zweckmäßigen und verhältnismäßigen Einkauf. Es ist gewiß nicht leicht für eine vielbeschäftigte Mutter, die außerdem noch allerlei Verpflichtungen zu erfüllen hat, diesen wohnwirtschaftlichen und nährlichen Anweisungen immer die nötige Aufmerksamkeit zu schenken und sich vor allem in der Handlungsweise nach ihnen zu richten. Und doch, so schwer es uns fallen mag, wir, jede einzelne von uns, darf diese für das Volksganze außerordentlich bedeutungsvollen Erkenntnisse nicht außer Acht lassen, ganz tief aus dem Innern müssen wir einen selbst auferlegten Zwang empfinden, der unser Tun bestimmt.

Eigentlich ist es ja selbstverständlich, daß man nur die frische Ware, die angeboten wird, zur Verwendung erwirbt, aber wie oft ist es uns schon passiert, daß von dem Obst oder dem Gemüse ein nicht unerheblicher Teil als Abfall fortgeworfen werden mußte. Darum ist es notwendig, stets daran zu denken, daß man besonders im Sommer nicht mehr Vorräte ein kauft, als man aufbewahrungsmäßigkeiten besitzt. Dann ist es unerlässlich, den Fliegen und Insekten den Zutritt zu verwehren, denn nur so oft werden durch sie schädliche Keime übertragen. Ein tüchtiger Ort ist wohl überall vorhanden, um den Folgen

der Hitzeentwicklung zu begegnen, und sei es das Fenstloch oder ein im Verborgenen stehender sauberer Schrank. Den besten Schutz bietet natürlich ein Eis- oder Kühlkasten, aber auch ohne ihn muß es und gelingen, den Verderben erregenden Bakterien den Vorrat zu machen. Sind Kiste übergeben, tut man gut, sie schnell aufzubringen, eine Kochzettelkarte wird schon dafür sorgen, daß sie nicht in derselben Form, sondern als Salat oder Pudding usw. wieder auf dem Tisch erscheinen.

Damit die Butter nicht fortfliehet und womöglich ranzig wird, geben wir sie in ein undurchsichtiges Gefäß, stellen sie in eine Schüssel mit kaltem Wasser, die wir mit einem feuchten Tuch bedecken und der Zugluft aussetzen. Natürlich nur dann, wenn kein Butterkühler vorhanden ist. Tüchtiger und Commentaler Käse wird in ein mit Salz- oder Essigwasser angefeuchtetes Tuch gewickelt, weicher Käse will fest zugebunden am Kübel Platz haben. Brotkorn gehört in einen Steintopf, und Fleisch wird am besten gleich angebraten oder in ein mit Essigwasser getränktes Tuch geschlagen. Aufschnitt bleibt in Pergamentpapier frisch und ein ganzer Schinken hält sich in einem Beutel aus Gaze oder Seinen und ist wie alles übrige Fleisch vor Fliegen sicher, wenn eine Schale mit Essig in der Nähe aufgestellt wird. Brotkrumen sind öfter mit heißem Wasser auszuwaschen und alle Mehlerzeugnisse brauchen einen festschließenden Deckel auf dem Steinig- oder Glasgefäß. Fisch verdirbt ein längeres Aufheben nicht, er wird am gleichen Tag des Einkaufs

Geschenkhause Wohlschlegel
Tafel-Service, Kaffee-Service
In führendem Markenporzellan wie Rosenthal, Hutschenreuther etc.
Bestecke Gläsergarnituren
Kristall, Haushalt-Artikel, Kleinmöbel in bekannt großer Auswahl u. bei günstigen Preisen
Kaiserstraße Nr. 178

Für Bad und Reise:
Kopf- und Händelbürsten, Badebürsten, Schwämme, Toiletteartikel, Parfümerien
Ries
Ersies Bürsten-Spezialhaus
Ecke Friedrichsplatz u. Lammstr.
Leibbinden!
nur vom Fachmann. Sie werden gut beraten und bedient.
Wörner, Kleinert & Co. KARLSRUHE
Lieferant sämtlicher Krankenkassen.

Sommer-Schluß-Verkauf
27. Juli — 8. August
STOFFE verkaufe ich zu ganz herabgesetzten Preisen
Braunagel
Lammstraße 6 — Ecke Kaiserstraße

Damen- und Herren-Artikel
Strümpfe etc. besonders vorteilhaft
Scholl WÄSCHE
Dora & Mina Scholl
Erbprinzenstraße 21

Die Riesenauswahl in Sport- und Oberhemden
Sämtliche Herren-Artikel für die Reise
H. Bodmer Inhaber Hans Gerst
Kaiserstraße 126 Fernruf 1011
Besuchen Sie meine 2 Schaufenster

Sorgt für die Zukunft Eurer Kinder
In keiner Familie sollte eine Heimsparbüchse zum Sparen von Kleinbeträgen fehlen!
Spart für mich! Die Heimsparbüchsen werden kostenlos abgegeben!
Der Pfennig wird zur Mark durch regelmäßiges Sparen mit einer Heimsparbüchse der
Städt. Sparkasse Karlsruhe

Sommer-Schluß-Verkauf
vom 27. Juli bis 8. August 1936
Außergewöhnlich billige Preise
Riesengroße Auswahl Gute Qualitäten
sind Kernpunkte meines Sommer-Schluß-Verkaufes!
Textilhaus Herenstein
INH. RUDOLF KUTTERER
KARLSRUHE I/B. HERRENSTR. 25 TEL. 2135

Die Tischuhr
die Ihnen Freude macht in ihrer schönen, modernen Form und wegen ihrem herrlichen Gongschlag, müssen Sie sich bei mir ansehen. Schöne Neuheiten in allen Stil- und Holzarten. Sie eignen sich besonders gut als
Hochzeitgeschenk und Jubiläumsgeschenk
Große Auswahl im Fachgeschäft für gute Uhren
O. Hiller
Uhrmachermeister & Juwelier
Waldstraße 24 beim Colosseum
Große Reparaturwerkstätte

Billige Handarbeits-Modelle während des Sommer-Schluß-Verkaufs bei **ERIB** KARLSRUHE Kaiserstr. 115.

Neu aufgenommen:
„Realko“
Das Schönheitsmieder für alle Damen!
Von Mark 8.50 an
Reformhaus **L. Neubert**
Karlsruhe Karlsruhe, 29 a

Original chinesische **Nonan-Seide**
Shantung Ninghai natur, weiß und in den neuesten Modelfarben, Meter RM. 5.40 5.00 4.20
Wilkendorfs Importhaus
Waldstr. 33, gegenüber d. Colosseum

FÜR DIE REISE:
Sportblusen u. Hemden Strümpfe / Strickwesten
Baitsch & Zircher Kaiserstr. 112

Schöner wohnen durch **Möbel** von **Chr. Kempf**
Ritterstraße 8, b. Zirkel

Der Führer
der beste und zuverlässigste Begleiter und Berater.

Goldene **Siegelringe**
von Mk. 5.— an Gold, Eheringe 12 Karat, Mk. 15.— an
Chr. Fränkle, Goldschmied
Karlsruhe, Kaiserpassage