Für unsere Frauen

Grundsätzliches zum deutschen Frauenarbeitsdienst

Die Leiterin des deutschen Frauenarbeitsdienstes, Gertrud Scholtz-Klink, äußert sich in einem Artikel grundsätzlich zum deutschen Frauenarbeitsdienst. Sie führt u. a. aus: Der Sinn des Arbeitsdienstes ist der, die Jugend eines verarmten Landes zu dem Gedanken zu erziehen, aus freiem Willen und vollem Verantwortungsbewußtsein dem deutschen Vaterlande zu dienen. Das deutsche Mädel soll diese Aufgabe erfüllen durch Erziehung zur Hausfrau und Mutter, gemeinsam mit einer Stählung des Körpers und der Seele. In erster Linie müssen sie zu Menschen erzogen werden, die aufrecht im Leben stehen, denen Wahrheit, Ehre und Ehrerbietung vor Gott Voraussetzungen zu einem lebenswerten Dasein sind.

Im Frauenarbeitsdienst haben sich zwei Richtungen herausgebildet, die eine, die sich in den Dienst der Siedler gestellt hat und die andere, die durch ihre Werkarbeit eine hauswirtschaftliche Schulung umfaßt. Manchen Arbeitsdiensten ist auch die Betreuung von Kindern anvertraut. Einheitlich gestaltet wird im Frauenarbeitsdienst die Betreuung, die alles an geistig-seelischer Schulung, körperlicher Ertüchtigung und Freizeitgestaltung umfaßt. Damit diese Einheitlichkeit für das ganze Reich gewahrt werden kann, bestehen bei der Reichsleitung für jedes dieser Gebiete besondere Referate, die ihre Anweisungen über die 13 Landesstellen an die Arbeitsdienstheime weitergeben. Die geistig-seelische Schulung will eine Erziehung, wie sie der Nationalsozialismus für die deutsche Frau fordert. Die Dienstwilligen werden in die Grundlagen der Rassenkunde und der Erblehre eingeführt. Die körperliche Schulung erstrebt durch individuelle Gymnastik eine Vorbereitung und Ertüchtigung zum Beruf als Mutter.

Die Zusammensetzung der Belegschaft der Arbeitsdienstheime muß einen Ausschnitt aus der Zusammensetzung des ganzen Volkes darstellen. Schärfstens muß abgelehnt werden, daß der Frauenarbeitsdienst als Fürsorgemaßnahme oder gar als Fürsorgeerziehung mißbraucht wird. Andererseits darf aber auch nicht durch zu starke Belastung durch einen hohen Prozentsatz intellektueller Dienstwilliger der Arbeitsdienst zur interessanten Angelegenheit gemacht werden.

Bekenntnis zum Kinderreichtum

Die Presse meldet in letzter Zeit vielfach vom einem Steigen der Geburtenzahlen in Deutschland. Diese Meldungen sind irrig. Es ist eine selbstverständliche Folge der niedrigen Heiratsziffern des Jahres 1932, daß die Geburtenzahlen im Jahre 1933 gegen die früheren Jahre noch stärker gesunken sind. Das geringe Ansteigen, das besonders in den letzten Monaten in den Großstädten zu bemerken war, dürfte zum nicht unerheblichen Teile auf den Ausfall zahlreicher krimineller Abtreibungen zurückzuführen sein, die uns ja in früheren Jahren und Jahrzehnten Hunderttausende an jährlichen Geburten gekostet haben. Die innere Wandlung, die Neuentstellung zur Familie und Mutterschaft, wie sie die Grundlage eines organisch wachsenden Kinderreichtums der Zukunft werden muß, ist also durchaus noch nicht erreicht. Es ist kein Grund zu vorzeitigem Optimismus gegeben und die überzeugten Anhänger des Zwei- und Einkind-Systems dürfen nicht etwa erleichtert aufatmen, daß wir einem nationalsozialistischen Erziehungsziel näher gerückt seien, ohne daß sie selbst dazu etwas beizutragen brauchten.

Man vergißt zu leicht, daß das Geburtendefizit 30 Prozent beträgt, daß rund ein Drittel an dem zur Erhaltung des Volkes notwendigen Nachwuchs fehlt. Durch Abnahme der Kinderlosen und der Einkindehen kann nur ein Bruchteil dieses Defizits gedeckt werden, viel schwerer wiegt und viel schwieriger zu erreichen ist die Neubildung kinderreicher Familien. Ist eine solche notwendig, wo doch eine Durchschnittszahl von drei Kindern je Ehe fast ausreichend ist? Gerade wegen dieser Durchschnittsziffer muß auf jede kinderlose Ehe eine Sechskinderehe, auf jede Einkindehe eine Fünfkinderehe zum Ausgleich kommen. Wir brauchen also zahlreiche kinderreiche Ehen und zwar qualitativ hochstehende, vollwertige. Das muß betont werden, da die Statistik auf die bedrohliche Gefahr hinweist, daß gerade erbminderwertige Ehen oft großen Kinderreichtum aufweisen, während hochwertige kinderarm bleiben.

Das Ende trägt die Last, auch in der Bekämpfung des Geburtenrückganges. Neubildung vollwertiger kinderreicher Familien ist die schwerste Aufgabe. Wer hier auf Predigt und Belehrung hofft, wird schwerer Täuschung anheimfallen, die vielleicht durch einen geringen Anfangserfolg noch vermehrt wird. Auf die Dauer gibt es hier nur einen wirkungsvollen Weg: Ueberwindung der materiellen und seelischen Hemmungen, die sich dem natürlichen, biologisch begründeten Wunsch des Menschen, vor allem der Frau, in den Weg stellen. Die auf materiellem Gebiet liegenden Hemmungen können dadurch überwunden werden, daß — kurz gesagt — die kinderreiche Familie zu einer erstrebenswerten Familienform wird. Der „Ausgleich der Familienlasten" muß ihre Lebenshaltung derjenigen der Kinderarmen desselben Standes angleichen, vor allem aber sollten die Kinder aus der kinderreichen Familie unter Voraussetzung ihrer Eignung in der Ausbildung und in der Vergebung von Arbeit und bei der Gründung eigener Hausstände bevorzugt werden. Wenn man beobachtet, wieviel Sorgen und Gedanken in den Familien sich auf die Zukunft der Kinder richten und wieviel tiefer diese greifen als die materielle Tagessorge, so wird man die bevölkerungspolitische Bedeutung einer Bevorrechtung der Kinder aus kinderreichen Familien richtig einschätzen. Diese Bevorrechtung ist nicht allein Sache des Staates, sondern aller Dienststellen und Volkskreise.

Nicht weniger wichtig ist die Ueberwindung der seelischen Hemmungen. Ihre stärkste ist die, daß man sich des Kinderreichtums schämt. Das wird begreiflich, wenn man die Rolle bedenkt, die der Kinderreichtum im Volksbewußtsein gespielt hat. Dumm, verantwortungslos, lächerlich. Und Lächerlichkeit tötet bekanntlich. Das ist ja nun freilich anders geworden. Aber man möge es uns Kinderreichen nicht übelnehmen, wenn wir etwas mißtrauisch gegen Leute sind, die heute Hosiannah über uns rufen, während sie vor zwei Jahren noch hämisch mit Fingern auf uns wiesen.

Es ist falsch zu meinen, daß durch reichsamtliche oder parteiamtliche Verlautbarungen allein das Ansehen der Kinderreichen wiederhergestellt werden könnte. In der Hauptsache muß die kinderreiche Familie ihr Ansehen selbst wieder herstellen, indem sie das falsche Schamgefühl ablegt und sich zum Kinderreichtum bekennt. Die natürliche Würde, die staatspolitische Bedeutung der kinderreichen Familie sind so groß, daß die immer noch vorhandenen heimlichen Spötter bald verstummen werden, wenn die Familie ihr Selbstbewußtsein wiederfindet.

Die Reichsregierung hat in voller Würdigung der Bedeutung des Bekenntnisses der Kinderreichen unter Zustimmung der Parteileitung den Reichsbund der Kinderreichen zu der Stelle bestimmt, an der dies Bekenntnis abzulegen ist. Sie hat dem R. D. K., der ihr unterstellt ist, ein besonderes Abzeichen genehmigt, durch welches nun die sich bekennende kinderreiche Familie im Volke in Erscheinung tritt. Einen Zweck hat natürlich diese ganze Aktion nur, wenn alle Kinderreichen sich an ihr beteiligen. Für die Kinderreichen selbst schließt sich der Kreis. Werden sie als eine sich ihrer Kraft bewußte und sich zu ihr bekennende Schicht im Volke sichtbar, so ist auch eine starke Bevölkerungspolitik zu ihren Gunsten möglich, verharren sie in ihrer bisherigen Depression, so ist Mitleid und Fürsorge ihr Los. Dr. Fritz Brüggemann.

Die Frauen aus der Freundschaft kommen...

Aberglauben und Bräuche um Mütter und solche, die es werden.

„Eine Frau, die mit einem Kindlein geht, ist wert, daß ihr die Engel dienen." So predigt am Ende des 14. Jahrhunderts ein Mönch des Schlesiern. Die hoffende Mutter hat da vieles zu beachten. Noch heute ist in Schlesien der Glaube verbreitet, daß sie sich „versehen" kann und dann das Kind mißgestaltet ist. Man sagt, daß Handlungen und Neigungen der Mutter das Wesen des Kindes bestimmen. An den altdeutschen Glauben von der im Brunnen verborgenen Seelengöttin Holda knüpft der Glaube an, daß die Kinder aus dem Teiche vom Storche in die Familie gebracht werden. Nach altem Brauch sollen geschriebene Segen, „Geburtsbriefe", über die schwere Stunde hinweghelfen. In der Brieger Gegend wird nach altdeutscher Weise das Neugeborene auf die kraftspendende Erde gelegt.

Sonntagskinder werden glücklich; wer mit verwachsenen Augenbrauen zur Welt kommt, soll den „bösen Blick" haben. Die Geschwister glauben, daß das neugeborene Kind ihnen etwas Gutes mitbringen muß. Von großer Wichtigkeit ist im Volksglauben das erste Bad. Aus dem Verhalten des Kindes beim Bade glaubt man, sein Schicksal künden zu können. Mancherorts pflegt man das Wasser vom ersten Bade auf kraftvolles Gesträuch oder grünen Rasen zu gießen. Das soll dem Kinde Gedeihen bringen. Auch die Furcht vor dem Wechselbalg ist da und dort noch verbreitet. Man muß das Bettchen bis zur Taufe dauernd im Auge behalten, sonst kann von bösen Zwergen solch ein Wechselbalg hineingelegt werden.

Jahrhunderteralt ist die Sitte, daß die Freundschaft und Verwandtschaft der jungen Mutter einen Besuch abstatten, dem große Wichtigkeit beigemessen wird. Pankratius Geier stellt die Besuche in seinem 1506 verfaßten Gedichte so dar: Die Frauen aus der Freundschaft kommen und bringen der junge Mutter die Kindelsuppe. Die Mutter sitzt geputzt in einem geschmückten Bette neben dem Kinde. Der Besuch wird mit Kuchen und süßem Getränk aus Zinnbechern bewirtet, und davon nehmen die Frauen auch für ihre Männer eine „Mitebringe" heim. Nach sechs Wochen begleiten sie die Mutter auf ihrem Kirchgange.

Stirbt das Kind ungetauft, so geht es der Sage nach als Irrlicht um. Im Mittelalter war man verschiedener Meinung darüber, wo man eine bei der Geburt des Kindes sterbende Mutter zu begraben habe. Wilhelm Duranti — so berichtet uns eine Handschrift des Mittelalters — sieht es für eine unerlaubte Härte an, ihr ein Begräbnis in der Kirche zu verweigern, wogegen ein ungetauft sterbendes Kind außerhalb des Kirchhofs begraben werden müsse. Nikolaus von Kosel sagt um 1417, man solle diese Kinder im Stalle oder auf dem Felde begraben. Welche unbarmherzige Härten solcher Aberglauben zur Folge hat, zeigt uns auch noch eine Breslauer Kirchenordnung von 1528. Sie verbietet, eine im Kindbett verstorbene Frau an vielbegangenen Stellen des Kirchhofs beizusetzen, dort könnte sie die Vorübergehenden schädigen; sie muß an einer Ecke begraben werden. Erst 1713 ordnet der Breslauer Magistrat an, daß die Sitte, solche Gräber durch besondere Gitter abzuschließen, allmählich aufzuheben sei.

Wie erholt man sich am besten?

Was ist Erholung? Erholung ist Wiederaufbau, Neuschöpfung der erschöpften Kräfte. Sie ist ein Erneuerungsprozeß für Geist und Körper. Erholung verscheucht nicht nur die Sorge, sie erhöht die Fähigkeit ihr begegnen und Widerstand leisten zu können. Sie führt dem Körper neues Leben zu, weil sie dem Geiste neues Leben gibt. Erholung steigert den Mut und gibt Tapferkeit. Erholung kann Wunder tun. Ein Leben ohne Freude, ohne Vergnügen, ohne Lachen und ohne Lächeln, ein Leben harter Arbeit in stetem Einerlei, ein Leben, das immer weniger Erfreuliches findet, ist ein abbauender und zerstörender Prozeß für den Körper. Worin liegt nun aber das Wesen der allen so nötigen Erholung? Darauf kann man nur antworten: In richtiger Weise Verwendung all der Hilfskräfte, die uns die Natur überall zur Verfügung stellt und weiter darin, sich regelmäßig von Zeit zu Zeit freizumachen von den Alltagssorgen. Wer sie mit in die Erholung nimmt, der kommt nicht zu einer erholenden Entspannung.

Eine unerläßliche Vorbedingung guter Erholung bildet die genaue Kenntnis der Körperbeschaffenheit. Es gibt Menschen, die sich nur im Gebirge, andere, die sich nur an der See erholen können. In Fällen, wo schon mit den Zeichen einer richtigen Krankheit eine sogenannte „Kur" durchgemacht werden muß, ist es ratsam, sich an einen Arzt zu wenden, um sich während der falschen Erholung keinen Schaden zuzuziehen. Bei einer guten, richtigen Erholung müssen die ureigensten Gewohnheiten niemals außer acht gelassen werden. Wer gerne allein ist, soll sich an einen Ort begeben, wo vollständige Ruhe herrscht, wo wenig Betrieb und wenig Verkehr ist; wer aber Geselligkeit liebt, kann sich in einer Einöde nicht erholen. Von ausschlaggebendem Einfluß ist das tiefste Wesen des Menschen, um alle Voraussetzungen für Erholungsmöglichkeiten zu berücksichtigen. Es gibt noch einen wesentlichen Punkt, der die Erholung stark beeinflußt, und das ist das „Gesetz der Reaktion". So wie die Seele, verlangt auch der Körper nach Ausgleich. Wer immer sitzt, muß sich ordentlich auslaufen, wer immer läuft, muß viel liegen. Wer viel liest, muß die Bücher beiseite legen, und wer sich niemals sonst in eine ruhige Ecke setzen kann, der sollte sich einen spannenden Roman holen. Erholung wird nicht durch Garnichtstun, sondern durch Anderstun bedingt.

Besitzt man nicht soviel Geld, um ohne große Opfer eine Reise zu machen, so sollte man in einem bestimmten Abstand ein bis zwei Tage als Stadtmensch in irgendeine friedliche Landschaft fahren, die sich mit wenig Unkosten erreichen läßt. Wenn man einen Tag lang im Walde oder am Wasser zubringt, sich hinlegt oder wandert, so glaubt man bald, daß man schon viel länger vom Hause fort ist. Das Seltsame ist nämlich, daß der Zeitbegriff ein ganz relativer bei der Erholung ist. Wer sich an der Luft erfrischen will, soll den Duft des harzigen Waldes oder die schöne Luft der See mit der Nase aufziehen, soll hierin den Zweck der Bluternährung sehen. Die Atmung geht automatisch vonstatten, d. h. der Mensch atmet unbewußt, das Luftbedürfnis wird reguliert nach der körperlichen Anstrengung, durch die eine Kräfte- und Sauerstoffabgabe veranlaßt wird. Es kann nicht genug empfohlen werden, bewußt und tief Atem zu holen und sich durch vermehrte Sauerstoffzufuhr vermehrte Lebenskraft zu schaffen. Vernünftig betrieben, schafft diese Kur großen Nutzen, und zwar nicht nur äußerlich — Gesichts- und Körperfarbe —, sondern auch innerlich. Die durch den Sauerstoffüberschuß bedingte raschere Durchblutung der Gewebe mit nährkräftigem Blut gibt allen Teilen des Körpers neue Straffheit, und die Zentrale, das Gehirn, schließt sich dabei nicht aus; ein frischer Geist zieht ein und setzt sich in vermehrtes Denken und zielbewußtes Handeln um, die Funktionen aller Organe werden normal.

Also — Schluß machen, wenn es nötig ist, nicht aber, wenn es zu spät ist, selbst in einer schweren Zeit, hinaus in die weite, schöne Natur, hinaus in die Berge, hinaus an die See!

Neue Rahm- und Topfenrezepte.

Es ist eine allgemein bekannte Sache, wie wertvoll Milch und Molkereiprodukte für unsere Ernährung sind, so daß es hier wohl überflüssig erscheint, ein neues Loblied darüber anzustimmen. Wohl aber ist jede Hausfrau bemüht, dieses billige Nahrungsmittel in immer neuen Formen und Zusammenstellungen auf den Tisch zu bringen. Aus der Fülle der Möglichkeiten wollen wir hier einige besonders preiswerte und schmackhafte Rezepte folgen lassen, die sicher Anklang finden werden.

Rahmpudding mit Käse. 3/8 Liter sauren Rahm, 2 Dotter, 50 Gramm geriebenen Hartkäse, Salz, werden mit Mehl zu dickem Schmarrnteig abgerührt. — 2—3 Klar Schnee daruntermengen und in gefetteter mit Bröseln ausgestaubter Puddingform eine halbe Stunde kochen. Mit Butter beträufelt und mit Käse bestreut schmeckt das Gericht besonders fein zu Erbsen oder Kalbsgulasch.

Käseplätzchen mit Rahm. 1/8 Liter Rahm, 1/8 Liter Mehl, Salz werden vermengt, sehr dünn auf ein mit Fett bestrichenes Blech mit kleinem Löffel aufgetragen (wie bei Anisbögen), mit Parmesan bestreut, rasch abgebacken und vorsichtig gelöst (besonders feines zartes Teegebäck).

Saure Rahmeier. Eier kochen, halbieren, das Gelbe passieren, mit Butter, Rahm, Salz und Pfeffer verrühren, in die Hälften wieder einfüllen, in feuerfeste ausgeschmierte Form legen und mit folgendem Guß überschütten: zwei ganze Eier, 1/8 Liter Rahm und Salz. Dann 20 Minuten backen.

Rahmdalken. 1/4 Liter Rahm, 140 Gramm Mehl, 70 Gramm Zucker, 2 Dotter und Salz verquirlen, Schnee von 2 Klar dazutun, in einer Dalkenpfanne Fett heiß machen, einen Eßlöffel Fett hinein und backen. Die Dalken werden zur einen Hälfte mit Powidl, zur andern Hälfte mit geriebenen Topfen verziert und gezuckert zu Tisch gebracht.

Haferflockenkeks mit Rahm. 2 Schalen trockene Haferflocken, 2 Schalen Mehl, 1 Schale Staubzucker, ½ Backpulver, 120 Gramm Butter, abgeriebene Zitronenschale, 1/8 Liter sauren Rahm am Brett verkneten, dünn auswellen und licht backen. Dies sind beliebte Kinderkeks.

Vom Büchertisch

— „Keine Fehlschläge mehr bei der häuslichen Obst- und Gemüseverwertung." Von Andreas Knauth. (Praktische Ratschläge zur Behebung und Verhütung von Fehlschlägen bei der häuslichen Bereitung von Süßmost, Obst- und Beerenwein, Fruchtsäften, Obst- und Gemüsekonserven, Marmeladen, Gelees, Fruchtklären usw.) Verlag Rud. Bechtold & Comp., Wiesbaden. — Das vorliegende Werkchen geht im Gegensatz zu den anderen Obst- und Gemüseverwertungsbüchern von einem ganz neuen Gesichtspunkt aus. Nämlich von den vielseitigen Fehlschlägen, die bei den genannten Verwertungsmethoden vorkommen. Der Verfasser sagt sich ganz richtig, daß es das Zweckmäßigste zur Vermeidung von Mißerfolgen ist, auf die verschiedentlichen Ursachen der Fehlschläge einzugehen, was in dieser Broschüre in vorbildlicher Weise geschieht. Besonders wertvoll ist es, daß der als anerkannter Fachmann bekannte Verfasser gleichzeitig praktische Anweisungen in seinem Büchlein gibt, wie sich manche in der Haltbarkeit gefährdete Erzeugnisse noch retten oder zweckdienlich umarbeiten lassen.