Objekttyp: **Issue**

Zeitschrift: **Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis**

Band (Jahr): **31 (1909)**

Heft 36

PDF erstellt am: **28.05.2024**

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.e-periodica.ch

Nr. 36. 1909

Schweizer Frauen-Zeitung.

31. Jahrgang.

Organ für die Interessen der Frauenwelt.

Abonnement.
Bei Franko-Zustellung per Post
Halbjährlich . . . . Fr. 3.—
Vierteljährlich . . . „ 1.50
Ausland zuzüglich Porto.

Gratis-Beilagen:
„Koch- und Haushaltungsschule"
(erscheint am 1. Sonntag jeden Monats).
„Für die kleine Welt"
(erscheint am 3. Sonntag jeden Monats).

Redaktion und Verlag:
Frau Elise Honegger.
Wienerbergstraße Nr. 60a.
Post Langgaß
Telephon 376.

Insertionspreis:
Per einfache Petitzeile
Für die Schweiz: 25 Cts.
„ das Ausland: 25 Pfg.
Die Reklamezeile: 50 Cts.

Ausgabe:
Die „Schweizer Frauen-Zeitung" erscheint auf jeden Sonntag.

Annoncen-Regie:
Expedition
der „Schweizer Frauen-Zeitung".
Aufträge vom Platz St. Gallen nimmt auch
die Buchdruckerei Merkur entgegen.

St. Gallen

Motto: Immer strebe zum Ganzen, und kannst du selber kein Ganzes werden, als dienendes Glied schließ an ein Ganzes dich an!

Sonntag, 5. September.

Inhalt: Gedicht: Im Abendgold. — Herbstboten in der Natur. — Das unerläßlichste Bedürfnis des Menschen. — Wandern und Hautpflege. — Memento. Sprechsaal. — Feuilleton: Der falsche Waldemar. (Schluß). — Wo ist der Weg? (Forsetzung.)

Beilage: Die Schweizerische Pflegerinnenschule mit Frauenspital in Zürich. — Sie war zu dumm. — Die Gefahren des Telephons. — Aphorismen von O. Weiß. — Briefkasten der Redaktion.

Im Abendgold.

Seh ich die Welt vom Abendglanz verklärt,
Wünsch' ich mir eins: Daß meiner Lebenssonne
Solch lichte Scheidestunde sei gewährt.
Was ich geliebt und was ich treu gewollt,
Tiefherbes Weh und siegesstolze Wonne,
Was sich an Leid und Glück vor mir entrollt:
Noch einmal möcht' ich's schaun, vom Abendgold
Des Friedens, der mit Gott und Welt versöhnt,
Zu milden Harmonien abgetönt.
Wie jene Wolken, die das Frühlicht scheuchten,
In Abendgluten purpurschimmernd leuchten,
Und wie die Erde trinkt den letzten Strahl
Des Tages, eh' die Nacht sich senkt ins Tal,
So — wird mein Leben einst zur Neige gehn —
Möcht' meinen Pilgergang im Licht ich sehn,
Den dunkelsten der Pfade mild umglüht,
Wie jener, der von Rosen war umblüht,
Und in der Brust des Himmels Wiederschein . . .
Wie muß ein solches Scheiden selig sein!

Clara Forrer.

Herbstboten in der Natur.

Von A. M. W.

Das Lied der Vögel ist verstummt. Stiller und stiller wird es in Feld und Flur. Noch ist die Luft zur Mittagszeit warm und mild, aber die Morgen und Abende sind schon kühl, und die Schatten, die die Sonne wirft, werden täglich länger. Der Herbst naht. Bald wird er das saftstrotzende Sommergrün an den Bäumen braunrot und weingelb färben und die letzte Zentifolie wird verwelkt zu Boden sinken.

Letzte Rose, wie magst Du so einsam hier blüh'n,
Deine lieblichen Schwestern sind längst schon dahin . . .

singt der Dichter. Zartsüßer Resedaduft in der ruhigen Luft kündet bereits die stillen Tage, in denen sich unbemerkt der Spätsommer zum Herbst wandelt. Vereinzelt rankende Spätrosen, die, dem Efeu gleich, sich sanft und geschmeidig um den stützenden Stamm eines Baumes schlingen, blauer Eisenhut und zierliche Herbstadonis sind an Stelle der duftenden Sommerblumen getreten. Sie sind ebenso charakteristisch für die Herbsttage wie Zentifolien, Jasmin, Mohn und Kornblumen für die glühenden Tage der sommerlichen Sonnenwende.

Die weite Landschaft ist mit glitzernden „Marienfäden" überzogen, die wie weißes Silbergespinnst durch die Lüfte fliegen.

Zerriss'ne Sommerfäden schweben
Hin über die erstorb'ne Flur . . . .

Die reifenden Früchte der Belladonna, die gar lustig zwischen den welken Blättern hervorleuchten und so giftig sind, wie der Kuß falscher Lippen, die hohen Sonnenblumen, Georginen und Zinnien, die trotz ihrer Farbenpracht kalt lassen, da ihnen der Zauber des Duftes fehlt, Herbstzeitlose und Gartensternblume mahnen den Menschen, daß der Sommer vergangen ist und der Herbst sich naht: der Herbst, der in seinen verschiedenen Früchten uns Ersatz für die reichen Gaben des Sommers bietet.

Das ist ein Herbsttag, wie ich keinen sah,
Die Luft ist still, als atmete man kaum,
Und dennoch fallen raschelnd fern und nah
Die schönsten Früchte ab von jedem Baum.

So hat auch der Herbst seine Reize, wie Roquette dankbar anerkennt.

Wohl, der Mai hat seine Wonne,
Stiller Knospen Seligkeit,
Doch der Herbst ist meine Sonne
Und der Herbst ist meine Zeit.

Vor allen Dingen für den Jäger. Heißt es doch nicht mit Unrecht:

Der Junker Herbst im Jagdgewand
Den blanken Eisenspeer zur Hand,
Zieht durch Gebirg und Felder.
Der Pfeil zuckt von der Sehne schnell,
Bei Hussaruf und Hundsgebell
Durchkreuzt der Hirsch die Wälder.

Darum gehört auch der Schuß des Jagdgewehres, der die Stille der einsamen Herbstlandschaft unterbricht, und der blaue Rauch, der zwischen den gelbgefärbten Büschen aufwirbelt, zu den Herbstboten der Natur, wie die fahlen Stoppeln auf den Feldern, das weingelbe, matte Sonnenlicht über blinkenden Fernen und die bunten Blätter an den Bäumen, durch die der Wind seine leise Klage über die Vergänglichkeit alles Irdischen rauscht.

Das unerläßlichste Bedürfnis des Menschen.

„Und atmete lang und
atmete tief . . . ."

Mit tiefem, energischem Luftholen, mit lautem Schrei begrüßt der Mensch „das himmlische Licht". Der Säugling ist Vollatmer aus Instinkt. Er schreit aus „vollem Halse", wirft Kopf und Schultern rückwärts, drückt die Brust heraus und stemmt sich mit den Füßen gegen die Unterlage. Das Baby atmet „mit allen Vieren."

Der Naturmensch bleibt auch über die Kinderjahre hinaus sein Lebtag ein Tiefatmer. Mit Pfeil und Bogen jagt er durch Gebirg und Tal, fliegt auf wildem Pferde dahin oder rudert mit Kraft im leichten Boote. Die Muskelarbeit in freier Luft weitet seine Lungen. Breit und mächtig ist seine Brust, sehnig sind seine Glieder, und in den Adern pulsiert gesundes Blut. „Erkältungen" und Lungenleiden kommen bei den wetterfesten Wilden selten vor.

Dagegen berichten amerikanische Aerzte, daß die freien Söhne der Prärien, wenn sie in die sogenannten „Reservations" gebracht werden, sehr schnell an Tuberkulose zugrunde gehen. Auch die Indianerkinder, die man in die Schule bringt und die dort eine außerordentliche Pflege genießen, kommen selten über die Pubertätsjahre hinweg. Das enge Zusammenleben der sonst frei herumlaufenden Rothäute und die ungewohnte moderne Kleidung sind für das frühe Sterben anzuschuldigen.

Der Kulturmensch freilich hat sich im Laufe der Jahrtausende an die Kasernierung gewöhnt. Daß jedoch der Aufenthalt des größeren Teiles des Lebens in Häusern aus Steinen und mit Fensterscheiben, daß mangelhafte Luftzufuhr und Bewegungsfreiheit die ganze Konstitution des Menschen geändert und den Grund zu einer großen Reihe von degenerierenden Krankheiten gelegt hat, wird man billigerweise nicht leugnen können.

So ist z. B. die Lungenschwindsucht, die Geißel der Kulturvölker, eine Krankheit der — Domestikation.

Die Hygiene hat das längst erkannt; aber sie steht vielen dieser sozialen Uebelstände machtlos gegenüber, da es sich hier im wesentlichen um eine Geldfrage handelt.

Indessen — dem Einzelnen ist es gegeben, durch eine Annäherung seiner Lebensweise an die ursprünglichen natürlichen Bedingungen gegen die schädlichen Einwirkungen der Domestikation wirksam anzukämpfen und ein hohes, gesundes Alter zu erreichen!

Die „höhere Tochter" sitzt mit eingesunkenen Schultern am Arbeitstisch. Plötzlich seufzt sie tief auf. Das Mädchen hat nämlich während des Schreibens das Atmen schier vergessen. Die Lungen sind — hungrig geworden und alarmieren das Atmungszentrum. Ein tiefes, seufzendes Luftholen erfolgt unwillkürlich und wiederholt sich nach wenigen Minuten.

Die Lunge, bezw. ein Lungenflügel, gleicht etwa einer umgekehrten Düte, deren Spitze oberhalb des Schlüsselbeines liegt, nicht dort, wo sie der Laie oft hinverlegt, nämlich an die dem Zwerchfell aufsitzende Lungenbasis. Beim schwachen, unvollkommenen Atmen werden daher die mittleren und oberen Teile der Lungen nicht ordentlich aufgebläht und gründlich gelüftet, sondern bleiben untätig, werden schlaff, unelastisch und sinken zusammen. Die schrecklichen Tuberkelbazillen finden in den verödeten Lungenspitzen leicht ein Unterkommen.

Das unwillkürliche tiefe Luftholen, das plötzliche Aufseufzen hagerer, blasser Mädchen und Jünglinge hängt mit dem Luftmangel in den oberen Lungenpartien zusammen und ist oft der Vorläufer des so gefürchteten Lungenspitzenkatarrhs.

Doch das leise oberflächliche Atmen gefährdet nicht nur die Lungen, sondern den Gesamtorganismus.

Unser Körper ist einem Ofen vergleichbar. Als Herd dienen Magen und Darm, die das Heizmaterial, die Speisen und Getränke aufnehmen und bearbeiten. Den Luftzug, die Ventilation, unterhalten die Lungen.

In den letzten, feinsten Ausläufern der Luftröhrenverzweigungen, in den traubenförmigen Lungenbläschen, die härchendünne Blutgefäßchen umspinnen, vollzieht sich der Gasaustausch. Die Kohlensäure tritt aus dem dunklen Blut in die Lungenzellen, während die schwimmenden Blutkörperchen den Sauerstoff der eingeatmeten Luft an sich reißen, sich schön hellrot färben und durch alle Organe eilen. Hier findet der Sauerstoff überall Brennmaterial vor: kleinste, durch die unausgesetzte Bewegung unseres Körpers zerstörte, losgelöste Stoffteilchen. Mit diesen verbindet er sich, verbrennt sie gewissermaßen, obwohl dabei keine Flamme erzeugt wird, wie beim Brennen des Lichtes. Bei dieser Oxidation entstehen Wasser, Kohlensäure, Harnstoff und andere Toxine, die durch Haut, Nieren und Lungen ausgeschieden werden.

Hat aber der Ofen keinen rechten Zug, d. h. wird dem Körper durch seichtes schwaches Atmen nur wenig Sauerstoff zugeführt, so brennt auch das Heizmaterial schlecht. Die Lebensprozesse verlaufen dann im Bummeltempo, machen auf halbem Wege halt und setzen viel Schlacken ab. Der Kreislauf der schlecht gemischten Säfte stockt. Den Krankheitskeimen stehen Tür und Tor offen

Die schlechten Säfte, der Mangel an Bewegung, die ungenügende Lüftung der Lungen verschulden die allgemeine Hustenplage.

Da wird gegurgelt und inhaliert, gepinselt und gebeizt, werden Brusttees geschluckt und Karamellen geschleckt. Für eine gute Weile wird man vielleicht den Husten los; bei der nächsten „Erkältung" aber erscheint das leidige Saisonübel wieder.

Es hilft der Lunge nichts, wenn man für sie mit dem — Magen einnimmt. Man muß schon der Lunge zuliebe seine Haut zu Markte tragen, das heißt sich abhärten und „für die Vorteile der freien Lüfte fechten" (Jean Paul).

Wer in der guten Jahreszeit sich das täglich regelmäßig betriebene Tiefatmen angewöhnt hat, der hat den Winter weniger zu fürchten, denn just die frische, reine Schneeluft stellt eine Lungenapotheke dar. Man mag sich ja zum Gang ins Freie vermummen wie es einem beliebt, wenn nur Mund und Nase frei bleiben. Und meldet sich auch zu Anfang öfter das Kratzen und Kitzeln im Halse, weil das Marschieren die Schleimmassen aufrüttelt, so verliert sich der „Ausgehehusten" um so rascher, je mehr man im Gang bleibt.

Wie alle inneren Organe, so sind auch die Lungen auf starke Kältereize nicht eingerichtet. Deshalb hat die vorsorgliche Natur die Lungen durch einen Respirator, die Nase, vor Erkältung geschützt.

Die Nase ist der Mund für die Lungennahrung. Ihre Zweiteilung mißt die eindringende Luft ab, ihre Muscheln wärmen und feuchten die Luft an, und ihr Haarbesatz dient als Staubfänger.

Wie man dem Magen täglich mehrere Mahlzeiten gewährt, so soll man den Lungen alle 24 Stunden wenigstens dreißig Minuten lang den Genuß des Tief- und Vollatmens zukommen lassen.

Man stelle sich in gerade Haltung, die Hacken aneinander, die Füße im rechten Winkel; das Gewicht des Körpers balanziere auf dem vorderen Teile der Fußsohlen; die Hände stütze man fest in den Hüften und drücke die Schultern zurück, die Brust heraus.

Nun hole man bei geschlossenem Munde langsam Atem, so lang und tief man kann, halte den Atem eine Weile an und atme langsam, aber kräftig wieder aus.

Jeder dieser drei Akte, nämlich 1. die Einatmung, 2. Atemhalten und 3. die Ausatmung, ist von Wichtigkeit und muß vorschriftsmäßig ausgeführt werden.

Bei Spaziergängen halte man einen Stock oder Schirm über den Rücken mit den Ellenbogen fest und übe fleißig das Vollatmen.

Welch heilsamen Einfluß methodische Atmungsübungen auf eine schwächliche Lunge ausüben, zeigt die Krankengeschichte des Demosthenes. Er litt an sehr kurzem Atem, hatte eine schwache Brust und konnte eine Treppe nur unter gewaltigem Herzklopfen und häufigem „Verschnaufen" ersteigen. Durch lautes Sprechen und Deklamieren, das er auch beim Bergsteigen vornahm, durch Ueben im Hersagen von langen Perioden am Meeresstrand, wurde aus dem schwächlichen, lispelnden Asthmatiker der größte Redner Griechenlands, dessen gewaltige Stimme die Brandung des Meeres übertönte.

Wandern und Hautpflege.

Das Wandern an den warmen Tagen bringt auch manche Unbehaglichkeit mit sich. Denn der feine Staub, den jeder Schritt aufzuwirbeln vermag, dringt an alle Stellen des Körpers und vermag die feinen Poren der Haut leicht zu verstopfen. Die Vernachlässigung der Hautpflege beim Wandern ist eine grobe Unterlassungssünde. Blasen entstehen an Sohlen und Zehen, und können schmerzhafte Wunden hervorrufen, die man leicht vermeiden kann, wenn man einige einfache hygienische Regeln sich stets vor Augen hält. Vorzügliche Schuhe aus wasserdichtem Leder sind in erster Linie beim Wandern erforderlich. Wollene Strümpfe, die nicht gestopft sein dürfen, gehören weiter zu einer guten Fußpflege. Nahtlose Socken sind am zweckmäßigsten. Auch empfiehlt es sich, den Fuß mit festhaftenden Fettpasten vor jeder Wanderung einzureiben. Ueberhaupt ist die größte Reinlichkeit des Körpers bei Fußwanderungen die Hauptsache. Dadurch wird das übermäßige Schwitzen des Körpers vermindert. Auch Gesicht und Hals bedürfen der besonderen Pflege. Sie müssen durchaus sauber gehalten werden, und das Abtrocknen nach dem Waschen muß recht sorgfältig erfolgen. Falls Hautwunden sich einstellen, geht man mir heilendem Fett sofort gegen sie vor. Die Lippen sind gleichfalls sehr empfindlich gegen Einwirkungen der Luft, gegen die man sie aber mit Glyzerineinfettung schützen kann. Die Grundbedingung für ein genußreiches Wandern bleibt aber immer: Reinlichkeit, peinlichste Sauberkeit! Nur wer auf der Wanderung seinen Körper und vor allem die Haut ordentlich pflegt, wird wahre Freude dabei haben.

Memento!

* In verschiedenen toggenburgischen Gemeinden haben laut einer amtlichen Veröffentlichung der Gesundheits-Kommission herumziehende Verzinner bei Pfannen und anderem Geschirr Zinn verwendet, das einen Bleigehalt von 12,9 Prozent enthielt, während laut Bundesgesetz höchstens 1 Prozent Blei erlaubt ist. Die Gesundheitskommission hat verfügt, daß alle von den dortigen Hausfrauen den betreffenden Kesslern zur Verzinnung übergebenen Geschirre einheimischen Fachhandwerkern übergeben werden müssen, zur Entfernung des gesundheitschädigenden Zinn- resp. Bleiüberzuges.

Wenn die einheimischen Fachhandwerker einen Angestellten in die Häuser schickten, welche nachfragend die zu verzinnenden Geschirre am Morgen in Empfang nehmen um sie am Abend fertig wieder ins Haus abzuliefern, so wären die herumziehenden Kesselflicker bald aus dem Feld geschlagen. Der Kommissionär müßte sich durch eine Karte legitimieren. Es gehört eben nicht zu den Annehmlichkeiten für die Hausfrau, zumal bei nassem Wetter, Pfannen und andere unhandliche Geschirre auf vielleicht weiten Wegen durch die Straßen zu schleppen zum Behandeln und wieder zurückholen. Und dem Eheherrn eine solche Zumutung stellen — — ja du lieber Himmel! dem zittert schon der Schnauz beim bloßen Gedanken an die Möglichkeit einer solchen Degradation, auch wenn er sich für den Haushalt den Luxus eines Dienstmädchens oder Ausläufers nicht im Entferntesten gestatten kann.

Sprechsaal.

Fragen.

In dieser Rubrik können nur Fragen von allgemeinem Interesse aufgenommen werden. Stellengesuche oder Stellenofferten sind ausgeschlossen.

Frage 10 458: Ist eine erfahrene Leserin so freundlich, mir zu sagen, wie ich Lingenstoffe untersuchen kann, wie ich Stoff, der mir als rein leinen angepriesen wird, auf seine Echtheit prüfen kann? Ich werde sehr gewarnt vor der Manipulation, mit Leinen Baumwolle zu verweben, die ganz besonders viel praktiziert werde in der Neuzeit. Für gütige Belehrung wäre herzlich dankbar

Eine junge Leserin.

Frage 10 459: Wie kann ich gegen die leichte Ermüdung beim Gehen mit Erfolg ankämpfen? Ich hätte so hübsche Gelegenheit in angenehmster Gesellschaft nette Touren mitzumachen. Es sind unter den Teilnehmenden auch Kinder im Alter von fünf bis zehn Jahren, die prächtig Schritt halten und von Ermüdung nicht die leiseste Spur zeigen, indessen ich schon in der ersten Stunde todmüde bin und zur Heimkehr irgend eine Fahrgelegenheit benützen muß. Als Folge der Anstrengung muß ich jedesmal am nächsten Tag das Bett hüten wegen unerträglichen Muskelschmerzen, die mir das Stehen und Gehen verunmöglichen. Ich möchte diese Plage so gerne los werden, weil ich fürchte, es könnte diese als gesundheitliche Minderwertigkeit aufgefaßt werden von einer Persönlichkeit, die mir sehr wert ist. Zum voraus dankt herzlich für guten Rat.

Eine Leserin in M.

Frage 10 460: Unser Garten ist dieses Jahr von Schnecken, Ohrwürmern und Ameisen in ganz besonderer Weise heimgesucht worden, so daß mir die Freude am Besorgen ganz genommen war. Läßt sich nun im Herbst, nach dem Abräumen etwas tun, um im nächsten Jahr Ruhe zu haben vor dem eklen Geschmeiß? Für fachkundige Belehrung wäre von Herzen dankbar

Eine Leserin.

Frage 10 461: Ich befinde mich in einer ganz schwierigen Lage zwischen zwei Pflichten und weiß nicht, welche von beiden ich höher stellen soll. Meine Tochter, von welcher ich glaubte, daß sie unverheiratet bleiben würde — sie hat einen auskömmlichen Beruf — hat sich plötzlich in den Kopf gesetzt zu heiraten, welchen Entschluß ich gar nicht billigen kann. Sie ist körperlich gesund, aber ihr fehlt die Gemütsruhe, welche eine Frau unbedingt besitzen muß, um ein eheliches Glück zu bauen, eine Häuslichkeit dauernd zu beglücken. Ich habe meiner Tochter die ernstesten Vorstellungen gemacht über ihr riskiertes Vorhaben, doch habe ich damit nicht den mindesten Eindruck gemacht. Sie brüstet sich damit, daß der Mann sie liebe ganz so wie sie sei, daß sie von ihm eben ganz verstanden und gewündigt werde, was daheim nicht der Fall sei. Ich sehe genau, daß nichts Gutes dabei herauskommen wird, denn ich kenne das Wesen meiner Tochter zu gut. Sollte ich den jungen Mann aufklären und meine Tochter ihres erträumten Glückes berauben, oder soll ich der Sache ihren Lauf lassen und von der Liebe wirklich das beste hoffen? Freundliche Meinungsäußerungen wären sehr wertvoll

Einer bekümmerten Mutter.

Frage 10 462: Ich habe zu meiner großen Freude soeben zwei Wochen bezahlter Ferien beendet. An meinem Ferienaufenthalt machte ich die Bekanntschaft einer Familie, die mir eine glänzende Offerte machte. Nocheinmal so großer Lohn und eine prächtige bezahlte Reise mit der Familie; ferner freie Dienstkleidung und Bezahlung der Rückreise nach zwei Jahren. Vorzügliche Referenzen. Darf ich die schöne Offerte annehmen?

Eine junge Leserin.

Frage 10 463: Wie kann man es einem Manne nahelegen, daß man ihn gern als Abstinent sehen würde, ohne daß er sich beleidigt fühlen wird? Der Mann nähert sich meiner Freundin und ihrer Familie in der Weise, die eine Werbung voraussehen läßt. Er hat ein ungemein lebhaftes Temperament, das sich beim kleinsten Maß von Alkohol erheblich steigert, was der Familie zu denken gibt. Diese Beobachtung berechtigt aber noch keineswegs zur Enttäuschung, nur ist eben die in Frage stehende Tochter doch der Zukunft halber ängstlich und möchte gern gegebenenfalls diesen Wunsch in schonendster Weise äußern. Der junge Verehrer nimmt vermöge seiner unterhaltenden Lebhaftigkeit in Gesellschaft immer eine führende Rolle ein, was die Ausführung des Planes wohl erschweren wird. Wie ist die Meinung erfahrener Leser und Leserinnen?

C. R. in S.

Frage 10 464: Ich bin immer arg geplagt mit dem Unterzeug meines Mannes. Er ist ein starker Schwitzer und seine Leibchen und sogenannten Normalhemden (lose gewebte Stoffe von Woll- oder Baumwollgarn) sind schon beim ersten Waschen unter den Achseln dunkelbraun und hart und beim Glätten verbreiten die Wäschestücke einen höchst unangenehmen Geruch. In kurzer Zeit müssen diese unansehnlichen Stellen dann weggeschnitten und durch neuen Stoff ersetzt werden. Das gründlich gereinigte Unterzeug sieht immer aus wie ungewaschen oder vernachlässigt. Ich betone beim Einkauf jedesmal die Bedingung, daß der Stoff leicht zu reinigen sein müsse und vom Schweiß nicht angegriffen werden dürfe, wessen man mich immer versichert. Am liebsten wäre

es mir, Stoff kaufen zu können, für dessen Eigenschaften man mir garantieren würde. Ich ließe die Wäsche dann selber verarbeiten. Für sachkundigen Rat wäre außerordentlich dankbar Eine junge Hausfrau.

Frage 10465: Wie viel Salzsäure darf man nehmen, wenn man von 1 Kilo Knochen 4 Liter Fleischbrühe bekommen möchte? Ich bin sehr ängstlich, die Salzsäure möchte den Magenwänden schaden. Eine Unerfahrene bittet hierin um freundliche Belehrung. J. C. in D.

Frage 10466: Ist eine der geehrten Leserinnen dieses Blattes im Fall, mir einige Adressen von gutgeführten Koch- und Haushaltungsschulen zu nennen? Vorgezogen würde Basel oder Umgebung, doch ist der Ort nicht ausschlaggebend. Es handelt sich um eine intelligente Tochter, welche kürzlich mit bestem Erfolg die Handelsschule absolviert hat. Zum voraus dankt bestens Eine Leserin.

Frage 10467: Mein Schwager hat die Absicht ein Einfamilienhaus mit etwas Garten zu bauen, da er meistens geistig im Hause beschäftigt, behauptet, nur ganz und gar ungestört, bei seiner Arbeit etwas leisten zu können. Der Bau würde 26000 Fr. kosten und wäre eine Person bereit, das Geld dazu zu leihen; die Zinsen und der Unterhalt der Familie (zwei Kinder und ein Dienstbote) wären zu bestreiten von einem Einkommen von 5000 Fr. Mir scheint der Betreffende würde sich so eine rechte Sorge auf den Hals bürden, wenn mir auch anderenteils seine Gründe einleuchten. Vielleicht könnten erfahrene Mitleser oder Leserinnen einen guten Rat geben der herzlich verdankt würde von einer besorgten Schwester.

Antworten.

Auf Frage 10449: Es gibt zu diesem Zwecke außerordentlich viele Haarwasser und die meisten sind ganz passend; es ist mir ein Rätsel, daß Sie gerade an das Unrichtige geraten sind. Hat die Dame kein Zutrauen zum Coiffeur, so frägt sie doch wohl in der Apotheke. — Der Apotheker fertigt auch gern selbst ein passendes Haarwasser an auf der Basis von absolutem Weingeist. Fr. M. in B.

Auf Frage 10449: Wenn die Kopfhaut viel Fettigkeit absondert, so muß das Haar mit Seife gewaschen werden, eventuell auch mit heiß gemachter Kleie. Wenn das Haar durchaus trocken geworden ist, bürstet man es mit einer ganz reinen Bürste gut durch. Die Bürste wird mit etwas Waschblau in Pulverform überstäubt. Dies läßt das graue Haar silberglänzend erscheinen. Auch das graue Haar muß am Morgen und am Abend aufgelöst und gelüftet werden, wenn es gesund und schön bleiben soll. D. H.

Auf Frage 10450: Es ist wirklich nicht alles Gold was glänzt. Diese drei Fräulein werden sehr wahrscheinlich von vielen beneidet, daß sie sorglos im Elternhaus leben können und kein fremdes Brot essen müssen. Ein untergeordnetes Hausmädchen ist aber heutzutage besser daran, denn es hat seinen eigenen Schlafraum, empfängt für seine Arbeit, die oft von sehr zweifelhafter Qualität ist, einen bestimmten Barlohn und hat die Freiheit, sich eine andere Stelle zu suchen, wenn ihm die innehabende aus irgend einem Grunde mißfällt. An der jungen Stiefmutter wäre es, dafür zu sorgen, daß ihre am Wohl des Hauses bauenden Stieftöchter sich in den veränderten häuslichen Verhältnissen behaglich fühlen könnten. Sie sollte hiefür sorgen, auch wenn sie zu diesem Zweck ihre eigene Behaglichkeit beschneiden müßte. Schon aus Klugheitsrücksichten müßte sie dieses tun. Denn wie bald ist die Zeit da, wo die jungen Mädchen über sich selber verfügen dürfen, wo sie ihr Leben gestalten können wie sie wollen. Was ist denn erreicht, wenn die aller Gemütlichkeit beraubten Schwestern es in gegebener Zeit dann vorziehen, sich vom Elternhause loszulösen, um zu Verdienst und zu behaglicheren Verhältnissen zu kommen? Diese eigenen müssen durch fremde Arbeitskräfte ersetzt werden, die erstens einen bestimmten Lohn beanspruchen und an das Logement bestimmte Anforderungen stellen würden. Die Stiefmutter sollte den jungen Mädchen ihr Schlafzimmer nebst dem Ankleidezimmer einräumen, dann wäre allem geholfen. D. H.

Auf Frage 10450: Eine eifrige Leserin der Frauenzeitung muß im Laufe der Jahre gewiß von Gefühlen des Wohlwollens durchdrungen werden, und es kann nicht ausbleiben, daß Sie Ihre in so launiger Form ausgesprochene Bitte gern gewährt. — Irgend welche Erleichterung kann gewiß angebracht werden. Fr. M. in B.

Auf Frage 10451: Der Kreiskommandant ist die richtige Instanz, welcher solche Fragen vorgelegt werden können, und in der Regel sind diese Herren gerne bereit, an ihren Audienztagen zweckdienlichen Rat zu erteilen. Fr. M. in B.

Auf Frage 10451: Realschulbildung genügt. Je nach dem Stande des Wissens müssen vielleicht einige Disziplinen durch Privatunterricht noch etwas ausgebaut werden. Wenden Sie sich übrigens an das dortige Kreiskommando, das Ihnen bereitwilligst jede wünschbare Auskunft und Wegleitung geben wird. X.

Auf Frage 10452: Es ist sehr wohl zu begreifen, daß das veränderte Wesen Ihres Gatten Sie beunruhigt und unsicher macht. Doch will mir scheinen, als werde Ihr unbefriedigender Gemütszustand weniger von der Sorge, als von der Eifersucht auf den Ihnen unbequemen Einfluß des Freundes hervorgerufen. Es ist ein innerer Zorn da gegen den vielleicht doch unschuldigen Störer Ihres bisher so harmonischen Zusammenlebens in der Ehe. Die beiden Männer können Dinge miteinander zu besprechen, Fragen zu erörtern haben, die möglicherweise außer Ihrer Frauensphäre liegen, denn die Tatsache, daß Sie intelligent genug sind, die Geschäftsbücher zu führen, bedingt durchaus nicht, daß Sie der geistigen Kapazität Ihres Gatten nach jeder Richtung so gleichwertig sind, daß der Austausch seiner Gedanken mit Ihnen bei ihm zünden, neue Geistesfunken bei ihm entbinden könnte. Solcher Anregungen bedarf der Mann; er muß in Sachlichkeit über gewisse Dinge, die ihn interessieren, diskutieren und die letzten Konsequenzen ziehen mit einem ebenbürtigen Gegner. Und dieser Gegner vermag die Frau nicht immer zu sein. Dies ist eine der verschiedenen Möglichkeiten, die dem momentan veränderten Benehmen Ihres Gatten zugrunde liegen können. Sie haben recht, daß Sie ihn nach den Beziehungen zu seinem neuen Freund nicht fragen, wenn er sich nicht aus sich selber veranlaßt fühlt, Ihnen darüber Mitteilungen zu machen. Eines aber würde ich tun: Ich würde ihm in ruhiger Freundlichkeit sagen, daß ich die abendlichen gemeinsamen Stunden, die den Kindern und mir inneres und äußeres Bedürfnis geworden seien, nicht ein- für allemal aufgeben könne, um ihn im Geschäft zu ersetzen. In Notfällen möge dies wohl angehen, aber für gewöhnlich müßten bestimmte Vorkehrungen getroffen werden. Vielleicht durch früheren Geschäftsschluß oder durch Anstellung einer ihrer Aufgabe gewachsenen Vertrauensperson? Diese Frage wird Ihren Gatten zum Nachdenken bringen, damit bahnt sich wohl von selbst eine Aussprache an und die Frage klärt sich in einfachster Weise zur allseitigen Zufriedenheit ab. Sie müssen eben wissen, daß der Mann von Natur aus selbstsüchtig ist und es oft gar nicht achtet, wenn ein anderes seine Behaglichkeit, seine Liebhabereien, seine nötige Ruhe, sogar seine nötige Gesundheit für ihn aufopfert. In der Regel muß er von dieser oder jener Seite darauf aufmerksam gemacht werden. Der Mann nimmt ohne weiteres an, daß wie er es tut, ein jedes andere sich seiner Haut wehre. Darin nun fehlen viele Frauen und Mütter: sie bringen zuerst freudig und wortlos Opfer um Opfer, und in dem Maße, wie sie überlastet und überbürdet werden, wird der Mann, ohne sich dessen bewußt zu sein anspruchsvoller, oft bis zur völligen Rücksichtslosigkeit, was seinem Charakter große Einbuße tut. Versagt dann aber nach langem Mißbrauch nicht die Opferwilligkeit, aber die Opferkraft der Frau oder der Mutter plötzlich, so vollzieht sich damit ein schmerzlicher Riß im Herzen. Der im Grunde genommen sehr gutdenkende Mann zürnt, daß man ihn nicht vorher mit der Sachlage vertraut gemacht habe, und der andere Teil denkt schmerzlich: Ja, wenn man es dem Mann erst sagen muß, wenn der eigene Verstand, wenn die Liebe, die doch vorhanden ist, nicht sagt: Jetzt ist es genug! — Die Frau muß also immer hübsch ruhig und sachlich zu Werke gehen, wenn der Ehewagen stets gleichmäßig ruhige Fahrt haben soll. D. H.

Auf Frage 10452: In erster Linie müssen Sie diese gleiche Frage Ihrem Manne vorlegen; ich hoffe, es wird ihm ein leichtes sein, Ihre Sorgen zu zerstreuen und überdies will ich hoffen, daß er durch Ihre kummervolle Frage bewogen wird, seine Gewohnheiten zu ändern. Fr. M. in B.

Auf Frage 10453: Es werden außerordentlich viele Haarwasser zu diesem Zwecke angepriesen und jedenfalls sind alle besser als das schädliche Brennen. Indessen ist es jetzt die neueste Mode und sehr chic, das Haar schlicht heruntergekämmt zu tragen mit einem einfachen Zopf und dem Scheitel in der Mitte, wie man solches auf den alten englischen Porträts sieht. Fr. M. in B.

Auf Frage 10454: So gut wie ein anderer Mann kennt der junge Theologe die Verhältnisse, mit denen er in Zukunft zu rechnen haben wird. Er kennt die Bedingungen unter denen er eine Häuslichkeit gründen kann. Läßt er sich trotzdem in eine aussichtslose Liebschaft ein, so ist das eine ehrlose Handlung, die seine Stellung entwürdigt. Freilich wird ein edeldenkendes Mädchen sich auch hüten, einem jungen Mann in dieser Stellung seine Zurückhaltung zu erschweren. Was nun die Berechtigung der jungen Pfarrfrau anbetrifft, die pfarrherrlichen Finanzen durch einen Hausverdienst zu verbessern, so kenne ich einen Fall, wo dies geschehen ist. In jenem Fall wurde wirklich dem Ansehen des Pfarrers bei seinen Gemeindegliedern geschadet. Die Würde des Pfarrhauses schien den Leuten entweiht, sie konnten sich in die Neuerung nicht finden, auch dann nicht, als ein Teil des pfarrfraulichen Hausverdienstes den Bedürftigsten in der Gemeinde zugute kam. Nach jahrelangem, unbefriedigtem Miteinanderleben ließ sich der Pfarrer versetzen und der nachher erfolgte Tod der energischen jungen Pfarrfrau machte den Schwierigkeiten, die auch im neuen Wirkungskreis wieder zu spucken drohten, ein rasches Ende. Sie können die Nutzanwendung nun selber ziehen. Alter Leser in H.

Auf Frage 10454: Niemand muß müssen, aber es ist sicher, daß die meisten Pfarrbesoldungen nicht recht ausreichen, um ein standesgemäßes Leben zu führen. Wer sich über Vorurteile hinwegsetzen will und kann, der schränkt sich eben auf das Aeußerste ein und braucht auch nicht gerade zu verhungern. — Studentenliebschaften werden in der Regel von beiden Teilen recht unbedacht eingegangen. Fr. M. in B.

Auf Frage 10455: Das ist eine Frage, über die man sich vor dem Eheschluß völlig klar werden sollte. Indem der Mann ein anderes Wesen an sich kettet, das naturgemäß von ihm abhängig sein wird, ladet er sich die Verpflichtung auf, seine Liebhabereien und gewohnten Bedürfnisse mit den veränderten Verhältnissen in Einklang zu bringen. Fällt ihm etwelcher Verzicht zu schwer, so bleibe er ledig. A. W.

Auf Frage 10455: Sie haben in allen Teilen vollkommen recht. Naturgenuß und Sport ist etwas Schönes, Gesundes und Genußreiches, aber die moderne Bergfexerei ist gerade das Gegenteil. Ein irgendwie gewissenhafter Mann wird zuerst an seine Familie denken, an die Gefahr und an die großen Ausgaben; wer irgend Ehre im Leibe hat, wird sich versagen, was mit so großem Risiko verknüpft ist. Eine Lebensversicherung ist schon etwas, aber das Unterlassen der Hochtouren wäre allein das Richtige. Fr. M. in B.

Auf Frage 10456: Fragen Sie sofort einen erfahrenen Rechtsanwalt, oder vielleicht noch besser den Gerichtspräsidenten an dessen Audienztag. In solchem Falle sollte die gerichtliche Gütertrennung möglich sein und wenigstens das Schlimmste abwenden. Fr. M. in B.

Auf Frage 10456: Sie müssen juridischen Rat suchen, denn die Vormundschaftsgesetze sind verschieden. Schon manche Frau hat es schmerzlich erfahren müssen, daß die Bevogtigung des Mannes erst dann anhand genommen werden kann, wenn der Mann nachweisbar alles verunschickt oder vertan hat. W. Z.

Auf Frage 10456: Was mit solchen Menschen anzufangen ist? Wer aus selbstgemachten Erfahrungen nichts lernt, der ist wohl mit seinem Fehlen nicht genügend zu Schaden gekommen. Es kann Hoffnung gehegt werden, daß Aenderung eintritt, wenn nicht diejenigen, die sich über das Fehlende beklagen, es selbst sind, die den erfolgten Schaden jeweils gütigst wieder reglieren. Das kann man so oft sehen. Man ärgert sich über die fortgesetzten Unarten eines Anhörigen oder Befreundeten, und ist dabei zu weichlich, zu schwach, das Betreffende zu seiner Kur mit dem selbstverschuldeten Schaden hängen zu lassen. Geben Sie der Geduld einmal diese Richtung, wenn Sie dem Fehlbaren nicht vielleicht gesetzlich verbunden und Ihre Mittel unter Umständen deshalb gefährdet sind. Eine, die auch zu spät klar sehen lernte.

Auf Frage 10457: Ich kann Ihnen die Adresse eines vorzüglichen Pensionates in Genf geben. Meine Tochter war ein Jahr dort unter bester Befriedigung. Das Institut würde Ihren Wünschen jedenfalls völlig entsprechen. Die Adresse lautet: Pension „Les Hirondelles“ Villa „Les Hirondelles“, Champel 35, Genève. L. F. Zürich.

Feuilleton.

Der falsche Waldemar.

Humoreske von Hermann K.

(Schluß).

Frau Jenny konnte sich das Benehmen ihrer Tochter nicht erklären; sie schickte sich an, derselben zu folgen, jedoch nicht, ohne vorher einen mißbilligenden Blick auf Hermann zu werfen. Dieser sah sich auf diese Weise an die Luft gesetzt. Wütend fuhr er also auf den Onkel los, der sich über sein so schnell gelungenes Manöver lächelnd die Hände rieb.

„Na, da haben Sie mir ja eine schöne Suppe eingebrockt mit den fünf Kindern.“

„Wieso?“ sagte Waldemar harmlos, „sollte ich mich verhört haben? Waren es vielleicht gar sechs?“

„Warum nicht gleich neune? Ich bin ja doch gar nicht verheiratet.“

„Ja, aber Sie sagten doch selbst vorhin —“

„Ach, das geschah ja nur, um Ihnen gefällig zu sein!“

„Na, so was lebt nicht!“ rief Waldemar erstaunt.

Hermann aber achtete gar nicht mehr auf des Onkels Einwurf.

„Schade,“ rief er, „und jetzt war schon alles so gut im Gange — ich beabsichtigte nämlich, das Fräulein zu heiraten!“

„Sie??“ rief Hermann mit großen Augen. „Hahaha — das ist ein guter Witz!“

„Was?“ sagte der Onkel empört, „Sie lachen? Mit solchem Luftikus wie Sie nehme ich es noch immer auf. Denn habe ich nicht ein Aeußeres, das ins Gewicht fällt?“

„Gewiß,“ rief Hermann spottend, „sehr sogar, 120 Kilo!“

„Na also, was wollen wir noch lange reden. Ich heirate das Mädchen,“ sagte Waldemar hartnäckig.

„So? Wissen Sie, was dann geschieht? Dann stirbt Hedda an Ihrer Seite an gebrochenem Herzen; denn daß sie mich liebt, habe ich soeben erraten; Sie aber haben dann den Tod des herzigen Mädchens auf dem Gewissen. Können Sie das verantworten? Nein, ich kann es nicht glauben. Sie können es nicht. Darum prüfen Sie und überlegen Sie!“

Als Hermann sah, daß seine Worte nicht ohne Eindruck blieben, malte er dem Onkel in so schrecklichen Farben die Folgen einer unglücklichen Ehe aus, daß diesem allmählich himmelangst wurde und er in seinem Entschluß wankend zu werden begann.

„Ja, aber ich hab's doch der Mutter versprechen müssen!“ rief er kläglich.

„Richtig, die Mutter!“ rief Hermann. „Gut, daß Sie mich darauf bringen. Die Mutter heiraten Sie selbst Onkelchen, ja ganz gewiß. Und der Tausch wird für beide Teile vorteilhaft sein. Sie entspricht Ihrem Alter — war schon verheiratet — weiß also, welcher Pflege ein Mann bedarf — wird kein Verlangen mehr

nach Vergnügungen und Bällen haben; denn tanzen müßten Sie, Onkelchen, wenn Sie eine junge Frau nehmen!"

„Allmächtiger Gott!" rief Waldemar entsetzt, „tanzen, ich bei meinem Corpus? Nein, das geht nicht, lieber entsage ich! Und," fügte er sinnend hinzu, „der Gedanke mit der Mutter ist, wenn ich mir die Sache recht überlege, so übel nicht, denn sie ist ja eine alte Jugendliebe von mir."

„Na also," sagte Hermann erfreut, „dann wird sie Ihnen auch noch ihre Neigung bewahrt haben; denn alte Liebe rostet ja bekanntlich nicht. Also sprechen Sie mit Hedda, und ich lege dann ein gutes Wort für Sie bei der Mutter ein."

„Na, dessen bedarf es nicht," sagte Waldemar selbstbewußt; „denn ich bin immer noch ein patentes Kerlchen!" . . . .

Bald darauf war das Mißverständnis gelöst und Heddas Schmerz verwandelte sich in Freude. Und als ihr Hermann noch am selben Abend als erstes Geschenk, auf Rat des Dienstmädchens Trina, die er nach der Lieblingsneigung ihres Fräuleins ausgeforscht, eine große herzförmige Schachtel mit Katzenzungen überreichte, — die übrigens große Aehnlichkeit mit derselben hatte, die ihr der Onkel gestern schenkte und die sie verschmähte — da wollte sie sich totlachen. Trina aber steckte schmunzelnd die fünf Mark, die ihr Hermann zum Ankauf der Schokolade gegeben, in die Tasche: „Schlau muß der Mensch sein," dachte sie. „jetzt kriege ich nebenbei die Schokolade auch noch wieder!"

Vier Wochen später sah man zwei glückliche Paare in demselben Gemach sitzen. — Onkel Waldemar hielt mit seiner feisten Rechten die Hand seiner Jugendliebe, und Frau Jenny lächelte zärtlich, als er seine wasserblauen, verschwommenen Aeugelein in die ihrigen versenkte.

Hedda und Hermann aber saßen innig umschlungen vor dem runden Tisch, auf dem das Ansichtskarten-Album lag.

„Siehst Du, Schatz," sagte er lächelnd, wobei er auf eine Karte wies und Hedda küßte, „jetzt hast Du einen falschen Waldemar bekommen!"

„Und doch," sagte sie lächelnd, „bist Du
Der Richtige!"

Wo ist der Weg?

Roman von B. v. d. Lancken.

(Nachdruck verboten).

(Fortsetzung.)

Das Glück? An was für ein Glück hatte sie denn gedacht? Vor fünf Stunden hatte sie's nur dunkel geahnt, jetzt wußte sie's, aber das Glück sah ganz seltsam aus. Er hatte blaue, tiefehrliche Augen, und braunes volles Haar, und was das Wunderbarste war, Margarete Scherrwecks Glück hatte auch einen braunen keckaufgesetzten Schnurrbart, und wenn es sie anlachte, zeigte es schöne, feste, weiße Zähne zwischen frischen, roten Lippen, und die blauen Augen unter den kurzen, dichten, braunen Wimpern sahen sie an so lieb und so innig, daß sie es fühlte, sie könne den Blick nimmermehr vergessen, den kurzen, tiefen Blick, der heute zu ihr gesprochen, mehr als einmal. Und während der Großvater weiterrauchte und die Großmutter weiterträumte, da wurde in dem jungen Herzen des Mädchen plötzlich etwas lebendig. Heiß drängte sich ihr das Blut in die Wangen, wie eine große, selige Erkenntnis kam es über sie, — ihr Glück war Gustav von Scherben. Liebte sie ihn? War das Liebe, war das, was jetzt plötzlich ihr Herz so rasch und angstvoll selig klopfen machte, war das die Liebe, das Höchste, Herrlichste, was dem Frauenleben seine schönste Weihe geben soll? Und sollte es ihr, gerade ihr zuteil werden vor tausend andern? Geliebt zu werden von dem Manne, den sie liebte? Hatten sein Lächeln, seine Augen ihr nicht verraten, was auch ihn bewegte? Hundert Kleinigkeiten fielen ihr ein, die in dieser Stunde alle eine große Bedeutung gewannen. So eine ernste, echte junge Liebe ist für ein Mädchenherz, als wenn im Frühling ein warmer Regen niedergeht, der alle Knospen sprengt und alles Blühen zum Leben erweckt. Margarete hat die Hände fest im Schoße gefaltet, und während sie mit weit offenen Augen dem Aufblitzen der einzelnen Sterne folgt, fragte sie sich. „Ob er wohl meiner jetzt gedenkt, wie ich seiner?" und wo fand ihr Herz die Antwort auf diese Frage? Wo findet je ein Mädchen die tröstende Antwort, wenn sie zum erstenmal diese Frage stellt?

Der, an den sie so innig und bange dachte, saß zur selben Stunde vor der Tür des Herrenhauses von Schorsow, und, langsam den blauen Rauch der Zigarre ausstoßend, richtete er seine Gedanken in die Gegenwart und in die Zukunft, und auch in die Vergangenheit zurück, wie das so zu sein pflegt, wenn einer allein auf der eigenen Scholle in eine laue Sommernacht hineinträumt. Im Grase zirpte irgendwo eine Grille, und aus den Ställen hörte man das Klirren der Ketten von Pferden und Rindern; durch die Bäume, die das Haus umkränzten, ging's wie ein leises Rauschen und Flüstern, und über den Rasenflächen stiegen niedrige, leichte Nebelwolken empor.

Scherben dachte an seine Kindertage, den frühen Tod der Mutter, und wie wenig sich der Vater um ihn gekümmert, an die Zeit der Hauslehrer, deren er zwei gehabt, von denen der eine ihn vernachlässigte, weil er eine Liebschaft im Dorfe mit der Verwaltertochter hatte, und der andre seine Hauptaufgabe darin sah, ihn mit Arbeiten zu überlasten und selbst möglichst wenig zu leisten, ausgenommen im Skatspiel, das ihn ein paarmal in die Stadt und abends meist in den Krug unten im Dorfe führte, wo er mit dem Förster, dem Administrator und dem jeweiligen Volontär des letzteren diesem durch Biergenuß noch erhöhten Vergnügen fröhnte. Heute nicht nur, nein, schon lange hatte Gustav Scherben sich gesagt, daß an seiner Erziehung viel gesündigt worden sei, und er wunderte sich oft, daß trotz alledem ein, wie er sich im geheimen eingestand, so leidlich tüchtiger Mensch aus ihm geworden sei, es steckte eben in ihm selbst, und die schlechteste Erziehung hatte das Gute in ihm nicht zu töten vermocht. Dann dachte er an die Schulzeit in Neustadt, an seinen Verkehr im Hause Laurentius, an die zwei Semester der landwirtschaftlichen Hochschule und die arbeitsreichen Tage seiner Lehrjahre, an des Vaters Tod, die Uebernahme von Schorsow und das mühevolle Ringen um den Besitz. Es waren nicht allzuviel heitere Bilder, das Leben war ihm eben früh eine strenge Schule gewesen, und er hatte diese Schulzeit ernst genommen, hatte sich gesagt, daß nur so ihm Segen erwachsen könne aus den Tagen, die ihn oft hart ankamen.

Dann dachte er an Gretli und an Corona. Plötzlich tauchte in seiner Erinnerung eine kleine Episode auf, die er längst fast vergessen hätte, so hübsch sie auch gewesen war. Im Pfarrhause war er Logiergast, abends hatte er unter seinem Fenster helles Kinderlachen gehört und ein schlankes, biegsames Mädchen gesehen mit langem, schwarzem Zopf über dem Rücken und roten Schuhen an den Füßen. Das hatte im Mondenschein getanzt wie toll, und seitwärts stand das blonde Margaretlein und die zwei Mägde des Pfarrhauses und hatten gekichert und gelacht. Die Gestalt der Tanzenden warf einen beweglichen Schatten über den breiten Gartenweg, und im Gebüsche schlug eine Nachtigall; denn es war zur Pfingstzeit gewesen, im wunderschönen Monat Mai, und er hatte auch zugeschaut und sich an der unbewußten Anmut des Kindes gefreut — und dieses Kind sollte er nun wiedersehen! Ob es so liebreizend geworden wie die Schwester? Er hatte eigentlich die blonden Frauen lieber, als die brünetten, und jetzt gab es ja eine Blonde, ein blutjunges, warmherziges, holdes Geschöpf, das hatte sich ihm ins Herz geschmeichelt, er meinte, an die könne die schwarzköpfige Corona doch nimmer heranreichen . . . . .

Es schlug halb ein Uhr, als der Gutsherr sein Schlafzimmer aufsuchte, späte Schlafensstunde für einen Landmann, der um fünf Uhr schon gestiefelt und gespornt aufs Feld hinausreiten wollte. Am nächsten Tage bekam er wieder unerwartet den Pfarrer zum Besuch, der einer Nottaufe wegen nach Schorsow kam, von ihm hörte er, daß die Ankunft der Enkelin sich noch um einige Tage verzögern werde wegen Erkrankung des Onkels.

Scherben konnte nicht sagen, weshalb, aber es war ihm, als habe er eine Enttäuschung erfahren.

3.

Neustadt, den 18. 7. 18 . .

Da bin ich also in dem kleinen Neustadt und im Pfarrhause. Gretli holte mich am Bahnhof ab, der Großvater hatte ein Begräbnis und die Großmutter einen Damenbesuch vom Lande, keines von beiden konnte mich empfangen, und wenn ich ehrlich sein soll, es war mir auch am liebsten, Gretlis holdes Gesichtchen zuerst zu sehen. Die gute Großmutter, sie empfing mich voller Liebe. Ich habe mein eignes Zimmer, sie hat sich dessen noch erinnert aus der Kinderzeit wie schön ich mir es immer dachte, so in seinen eignen vier Pfählen zu hausen. In Berlin, wo jeder Schuhbreit Wohnungsraum mit Geld aufgewogen werden muß, war das nicht möglich, aber hier liegt die Sache ja ganz anders, Raum gibt es genug im Pfarrhause, und das hübscheste Zimmer davon ist meinem Geschmack nach meines.

Ich sehe direkt auf den Kirchplatz, höre das leise melancholische Plätschern des Röhrbrunnens, der seitwärts von dem Pfarrhause in der Straße steht, höre das heimliche Rauschen in den Wipfeln der alten Linden, die den Platz umrahmen und über deren Kronen der Turm von Sankt Ursula mit dem großen goldenen Hahn auf der Spitze herübergrüßt. Das alles ist friedlich und anheimelnd schön und trägt doch in mein unruhiges Sinnen keinen Frieden herein. Ich sage mir immer, daß es mir nicht möglich ist, das Leben, wie es jetzt ist und wie es, durch andere vorgeschrieben, vor mir liegt, weiter zu führen, bis — ja, bis wann denn? Woche um Woche, Monat um Monat, Jahr um Jahr? — Nein, das ist undenkbar. — Es lebt etwas in mir, eine glühende Begeisterung, die über der Alltäglichkeit schwebt, etwas, was nach Betätigung und Gestaltung drängt. Ich glaube, es ist das Künstlerblut der Großmutter, das sich in mir regt, vielleicht ist es durch mannigfache künstlerische Anregung, die ich in Berlin empfangen, genährt und gewachsen. Jedenfalls ist es vorhanden, und nun, wo mein Leben durch Papas Tod sich so anders gestaltet, nun ist es plötzlich aufgewacht, nun lebt es, und ich weiß doch nicht recht, wohin mit dem Schaffensdrange. Wovor mir in Berlin, in den letzten Tagen, so gebangt, das ist nun zur Tatsache geworden, es ist eine Art Auflehnung gegen die Enge, in die man mich gezwängt, es liegt vor mir wie dichter, undurchdringlicher Nebel, ich möchte mit den Händen hineingreifen, ihn zerteilen und fasse immer in ein Nichts und sehe nirgends Weg noch Steg. Irgend ein berühmter Mann hat gesagt, „daß eine große Liebe den meisten Mädchen und Frauen Erlösung aus allen Zweifeln, aller Unruhe und dem unverstandenen Sehnen zu bringen vermöge."

Eine große Liebe? Wo soll ich hier zu einer großen Liebe kommen?

Ich habe in den letzten Tagen öfter an diesen Ausspruch denken müssen; ob er zutrifft, weiß ich nicht. Eine große Liebe! Ich habe das Gefühl noch nicht kennen gelernt, die kleinen Tanzstundenflirts zählen ja doch überhaupt nicht, und von den Männern, die mir später ihre Huldigungen zu Füßen legten, ist kein einziger gewesen, um den mein Herz auch nur einen raschern Schlag getan hätte. Einer hätte das vielleicht zuwege bringen können, aber er war ein armer Offizier, und wir wußten beide, daß unsere Neigung wunschlos sterben müsse, und sie ist gestorben als Kurt Feuerbach versetzt wurde und wir uns nie wieder begegneten. Darüber sind nun fast fünf Jahre vergangen, das kleine Flämmchen, das damals in meinem Herzen brannte, ist erloschen, wie jede Flamme erlöschen muß, wenn sie nicht geschürt wird. Jede, nein, nicht jede, die nicht, so sagt mein Vater, zu deren Entwicklung der Stoff gleichsam schon in uns aufgespeichert ist. Da bedarf es nur eines kleinen Fünkchens, und der Brand ist da, und es braucht ihn niemand zu schüren und niemand anders ihm Nahrung zu geben; es gibt eine Flamme, die sich von seinem Herzblut nährt, und die erst stirbt, wenn unser Herz stillsteht. Gott bewahre mich vor dieser Flamme! Für Gretli ist die große Lebens- und Zukunftsfrage schon gelöst. Einige Tage bevor ich gekommen, hat sie sich mit Herrn von Scherben verlobt, sie ist eine glückliche Braut, und die Großeltern sind froh und dankbar für diese Fügung. Scherben soll ein vortrefflicher Mann sein, „ein Charakter", wie der Großvater sagt, — ich werde ihn heute kennen lernen, d. h. ich kenne ihn wohl schon wir haben uns hier gesehen, vor vielen Jahren, als ich noch ein Kind war mit Hängezöpfchen und kurzen Kleidern. Er ist viel älter als Gretli, dreizehn Jahre, das ist schon ein großer Unterschied, Gretli ist noch solch ein Kind in ihrer Gesinnung, aber sie hat ein weiches Herz, und er wird ihren Geist bilden können nach seinem Geiste, wenn er nicht zu hohe Ansprüche stellt; denn mein holdes Schwesterchen wird nie über die liebenswürdige Durchschnittsfrau hinausragen. Großvater Laurentius sagt, daß das die Frauen sind, die ihre Männer am glücklichsten machen, und daß Scherben gerade eine solche Frau, wie Margarete ist, gebrauche. Von ganzer Seele wünsche ich, daß beide miteinander ein schönes, reiches Glück finden. — Die meisten Mädchen gehen so ruhig in die Ehe, sie tragen so ganz das Bewußtsein in sich, daß sie glücklich machen, daß sie ihrem Manne genügen werden. Ich würde mich fürchten . . . (Fortsetzung folgt.)

MILKA
VELMA
NOISETTINE
Suchard's
BELIEBTE
ESS-CHOCOLADEN

Buchdruckerei Merkur, St. Gallen.

Die Schweizerische Pflegerinnenschule mit Frauenspital in Zürich

hat in ihrem zwölften Jahresbericht nicht nur in Worten berichterstattet, sondern uns die Anstalt auch im Bilde vorgeführt. Diese Bereicherung trägt wesentlich dazu bei, daß uns die Institution mit vielen ihrer Einrichtungen bekannter wird. Wie friedlich mutet uns das Krankenzimmer mit vier Betten an; im Gegensatze zu größeren Spitälern ist dies die größte Bettenzahl in einem Raume. Auch die weniger bemittelte Patientin fühlt sich also hier nicht beengt durch eine große Zahl von Leidensgenossen. Hell, geräumig, luftig sind alle diese Krankenzimmer der „Allgemeinen Abteilung". Das zweite Bild führt uns in ein komfortables Privatzimmer mit einem Bett. Die ganze Einrichtung entspricht den Anforderungen an die moderne Hygiene und enthält bei aller Wohnlichkeit keine Staubfänger und nichts Ueberflüssiges. Operationssaal und Geburtszimmer, die uns auf zwei folgenden Bildern entgegentreten, sind ebenfalls mit reichlichem Licht versehen; Marmorwände und alle notwendigen Apparate und Instrumente lassen die Ausstattung als zweckdienlich erscheinen. In die freundliche Kinderstube mit zahlreichen Bettchen, einer Badewanne, dem ingenieusen Möbel, zur Hälfte Schreibtisch, zur Hälfte Wickeltisch, der unerläßlichen Waage, führt uns das fünfte Bild. Inmitten des Zimmers sitzt eine der Schwestern in ihrer kleidsamen Tracht, einen Säugling auf dem Schoße. Und nun stellt sich in den folgenden Bildern das neue Schwesternhaus vor: Das Bureau der Stellenvermittlung im Erdgeschoß, mit allen praktischen Hilfsmitteln eines richtigen kaufmännischen Betriebes ausgestattet, der geräumige Speisesaal, das Lehrzimmer. In einem beigehefteten Plane findet der aufmerksame Beschauer ein getreues Bild sämtlicher Stockwerke von Frauenspital und Schwesternhaus und ihrer Einteilung. Auf der Rückseite des Umschlages sodann tritt uns das stattliche Etablissement in seinem ganzen Umfange nochmals vor Augen und wir freuen uns mit den tapferen, energischen Frauen, die dieses Werk nun zu einem so schönen Ende führten.

Und blättern wir weiter in dem gedruckten Jahresberichte, so erzählen auch hier Zahlen und Worte von einem fröhlichen Gedeihen der Anstalt. In der Schule zählte man im Jahre 1908 13 Krankenpflege-Schülerinnen, 12 Wochenpflege-Schülerinnen, 6 Kinderpflege-Schülerinnen, 5 Hauspflege-Schülerinnen, 11 Kurs-Schülerinnen, 8 Teilnehmerinnen des Kinderfürsorgekurses.

Beim Jahresschluß verteilen sich die gesamten Schülerinnen auf folgende Arbeitsfelder: Kantonsspital Zürich, medizinische Klinik: 13 Lernschwestern und 3 Hilfsschwestern unter 2 Oberschwestern; Kantonsspital Winterthur, Absonderungshaus: 6 Lernschwestern unter 1 Oberschwester; Kinderstation der Freiwilligen und Einwohnerarmenpflege der Stadt Zürich: 2 Lernschwestern und 1 Hilfsschwester unter 1 Oberschwester; Kinderspital Zürich: 2 Lernschwestern; Lungensanatorium Braunwald, Kt. Glarus: 1 Lernschwester; Bezirksspital Affoltern a. A.: 2 Lernschwestern unter 1 Oberschwester; Frauenspital der Pflegerinnenschule: 32 Lernschwestern unter 6 Oberschwestern.

Das Spital weist eine Frequenzvermehrung auf. Die größte Zunahme betrifft die geburtshilfliche Abteilung: Geburten 401, Geburten mit größeren Operationen 50, Operationen 300, kleinere ambulante operative Eingriffe 25, Gynäkologische Fälle 261, Medizinische Fälle 107, Chirurgische Fälle 53, Pfleglinge der Kinderstube 54, Säuglinge der Wochenstation 386.

Aus der Kinderstube berichtet Frau Dr. Heim nur Erfreuliches: „Die Kleinen gedeihen prächtig bei Luft- und Sonnenbädern auf dem grünen Rasen. Von gefährlichen Erkrankungen blieb man das ganze Jahr verschont." Die Stellenvermittlung nahm ebenfalls zu an Vermittlungen, wie an Personalbestand. Im Vorjahre kamen 1297 Vermittlungen zustande, gegenüber 1513 im Jahre 1908. Die Zahl des eingeschriebenen Pflegepersonals betrug 1907 425 und im Berichtsjahre 472.

Kaiser-Borax Zum tägl. Gebrauch i. Waschwasser, ein unentbehrliches Toaletmittel, verschönert d. Teint., macht zarte weisse Hände. Nur echt in rot. Cart. z. 15, 30 u. 75 cts. Kaiser-Borax-Seife 75 cts. Tola-Seife 40 cts. Spezialitäten der Firma Heinrich Mack in Ulm a. D. 1229

Modes.

Junge, intelligente Tochter könnte aufkommende Wintersaison den **Modeberuf** *gründlich erlernen. Wenn gewünscht gegen ganz kleine Entschädigung. Zimmer und Pension daselbst. Offerten unter Chiffre* **L H 1414** *befördert die Expedition dieses Blattes.*

1411] Bei einer **Damenschneiderin** *in* **Montreux** *(Wintersaison) können* **Lehr- und Ausbildungstöchter** *unter günstigen Bedingungen eintreten, welche nebst dem Beruf noch die franz. Sprache erlernen wollen. Auch werden* **Pensionstöchter** *angenommen. Gute Schulen. Familienanschluss. Man wende sich an* **E. Delavy,** *rue du Pont 17,* **Montreux.**

Zur Besorgung von zwei Töchterchen im Alter von drei und sechs Jahren wird eine anständige, brave **Tochter gesucht.** *Das Mädchen hat daneben sechs Zimmer zu besorgen. Das Aufreiben der Fussböden mit Stahlspänen ist Sache einer andern Angestellten. Es ist keine Wäsche zu machen. Nähen erwünscht. Vorgezogen wird eine Person gesetzten Alters und von voller Vertrauenswürdigkeit, da der Posten selbständig versehen werden muss. Salär je nach Leistungen. Erkundigungen über die Behandlung können bei einer früheren Inhaberin der Stelle eingezogen werden. Offerten unter Chiffre* **G B 1439** *mit Zeugnissen oder Referenzen versehen, befördert die Expedition des Blattes.*

Eine intelligente junge **Tochter,** *flink und sauber, die einen guten Begriff hat von den Hausarbeiten, findet angenehme Stelle zur Weiterbildung in einer Familie ohne Kinder. Gelegenheit, in Führung einer diätetischen Küche perfekt zu werden. Gesunde Lage im Freien. Alle häuslichen Bequemlichkeiten. Guter Lohn und ebensolche Behandlung selbstverständlich. Offerten unter Chiffre* **A G 1443** *befördert die Expedition.*

Rovio (Luganersee)

776] **502 m ü. M.** Durch den Generoso gegen Osten und die S. Agata **gegen Norden geschützt.** Das ganze Jahr zum Kuraufenthalt für Deutschschweizer geeignet. **Milde, staubfreie Luft.** Neubau mit modernem Komfort. Zentralheizung, Bäder, engl. Closets, Zimmer nach Süden. **Bescheidene Pensionspreise.** Im Hause wird deutsch gesprochen. Prospekte gratis und franko. **Kurhaus Pension Monte Generoso (Familie Blank)** in **Rovio (Luganersee).**

Locarno am Langensee

967] Weltbekannter, klimatischer Kurort; gegen Norden geschützt. Als von Deutschschweizern das ganze Jahr besucht empfiehlt sich: Pension **Villa Germania.** Besitzerinnen **K. & L. Geiseler.** Alle Schlafzimmer haben Balkone, keine liegen nach Norden. Zentralheizg., elektr. Licht, Wasserversorgung, Badezimmer, terassenförm. Garten, Vorzügliche Küche.
Illustr. Prospekte gratis u. franko.

Erhältlich in allen Apotheken, Parfümeriegeschäften und Droguerien
Vernichtet alle Hautunreinigkeiten, Sommersprossen etc.
C.B.W
Verleiht einen schönen, weissen & zarten Teint!
MILCH-SEIFE
Heute das beste Mittel zur Erreichung einer sammetweichen, zarten Haut mit jugendfrischem Aussehen.
70 p. Stück
C. BUCHMANN & Co WINTERTHUR
Alleinige Fabrikanten.
70 p. Stück
1028

Haushaltungsschule St. Gallen

Beginn des Winterkurses den 2. November 1909.

Dauer 6 Monate. **Kursgeld Fr 160.—.**

Gründlicher Unterricht in allen hauswirtschaftlichen Fächern, in Handarbeiten und Gartenbau. Mädchen, welche sich nach abgelaufener Kurszeit dem Dienstbotenberufe zuwenden wollen, werden gegen ermässigtes Kursgeld aufgenommen. Für Prospekte und nähere Auskunft wende man sich an
1444] (Z G 2146) **Die Vorsteherin.**

Pension für junge Mädchen.

Mme. & Mlles Junod, Ste. Croix (Vaud).

1420] Gründliche Erlernung der französischen Sprache. Näh- und Zuschneidekurs durch geprüfte Lehrerin. — Handarbeiten. -- Piano. — Haushaltung. Preis Fr. 75.— per Monat, alle Stunden inbegriffen. Prospekte u. Referenzen.

Töchter-Institut Villa Panchita Lugano

Direktion: Hürlimann-Ganz. [1435

Inmitten prachtvoller Garten- und Parkanlagen gelegen. — Moderne Sprachen. Musik. Haushalt. Referenzen von Eltern.

Hotel Landquart u. Bahnhofbuffet in Landquart

1234] empfiehlt sich als **Uebergangsstation** nach **Davos** und dem **Engadin.** Komfortable, luftige Zimmer mit Balkon, Billard, Salon. Elektr. Licht. Post und Telegraph. — Schöner Garten. Vorzügliche Küche.

Locarno. Pension Villa Eden u. Schweizerheim

in staubfreier, sonniger, ruhiger Lage. Schöne Zimmer mit Balkon. Grosse Terrasse mit brillanter Aussicht auf den Lago Maggiore und das Gebirge. Sehr gute, reichliche Küche. Pensionspreis von **Fr. 5.50** an. (Zà 2954 g) [1425
Prospekte durch **L. & F. Kunz.**

LUGANO (Tessin)

Internationales Töchterinstitut Bertschy.

1387] Gründlichen Unterricht und **Konversation in französischer, italienischer und englischer Sprache.** Handarbeit, Musik, Malen. Sorgfältige Erziehung. Beste Referenzen im In- und Auslande. (3431 S)
C. S. Bariffi-Bertschy.

Günstige Gelegenheit f. Töchter!

1446] Gesucht auf diesen Herbst an einen frequentierten Fremdenplatz am Vierwaldstättersee, an gesunder Lage in einen Laden mit allen Fremdenartikeln, Mercerie, Quincaillerie etc., eine brave, solide **Tochter.** *Solche mit guten Vorkenntnissen bevorzugt. Jahresstelle, familiäre Behandlung und gute Verpflegung in der Familie. Offerten mit bisheriger Tätigkeit, Ansprüchen und Alter gefl. unter Chiffre* **V 4581 Lz** *befördern* **Haasenstein & Vogler, Luzern.**

Gesucht: Per Mitte oder Ende Sept. in sehr gute Privatfamilie nach Zürich sympathische, einfache, gewissenhafte **Tochter** *aus achtbarer protestant. Schweizerfamilie, nicht unter 28 Jahren. Bewerberin muss absolute Erfahrung im Umgang mit 3½ und 4½jährigen Kindern haben, in guten Privatfamilien gedient haben, gesund, stark, kinderliebend und heiterer Art sein. Persönliche Vorstellung angenehm oder Einsendung von Bild, Zeugnissen u. Gehaltsanspruch. Offerten sub Chiffre* **W Z 1407** *an die Expedition dieses Blattes.*

Eine gut erzogene **Tochter** *gesetzten Alters, die im Hauswesen ganz selbständig und erfahren ist, auch über gute Umgangsformen verfügt,* **findet Stelle** *zu einem einzelnen Herrn. Für die gröberen Arbeiten ist eine Stundenfrau zur Hand. Offerten unter Chiffre* **W Z 1434** *mit Zeugnissen, Referenzen und ev. Photographie versehen, befördert die Expedition.*

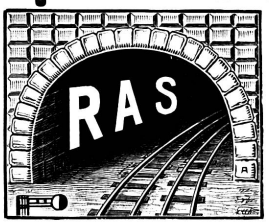
Italienisch.

1438] **Töchter,** welche die italien. Sprache lernen oder sich in derselben vervollkommnen und zugl. eine **Luftveränderung** machen wollen, **fänden Aufnahme** in beschr. Anzahl bei gebild. **Dame,** welche ein Landhaus nahe **Lugano** bewohnt (elektr. Bahn). Ia Hausunterricht. Familienleben. Pflege. Bescheidene Preise. Referenzen. Anfragen auf französ. oder italien. an **C 4423 O, Haasenstein & Vogler, Lugano.**

Graphologie.

1069] Charakterbeurteilung aus der Handschrift. Skizze Fr. 1.10 in Briefmarken oder per Nachnahme
Grapholog. Bureau Olten.

Hochglanzfett für alle Schuhe



bricht sich dank seiner guten Eigenschaften überall Bahn. [1391

Dem Verwaltungsberichte ist zu entnehmen, daß im Jahre 1908 1300 Personen verpflegt wurden und zwar: 617 Patientinnen der allgemeinen Abteilung, 243 Patientinnen der Privatabteilung, 54 Pfleglinge der Kinderstube, 386 Säuglinge mit 28,562 Verpflegungstagen.

Das ärztliche Personal besteht aus einer leitenden Aerztin, Frl. Dr. Heer, zwei Abteilungsärztinnen, Frau Dr. Heim und Frau Dr. Thomann und zwei Assistenzärztinnen, Frl. Dr. Baltischwiler, 1. Assistenzärztin, und Frau Dr. Tschulok, 2. Assistenzärztin. Als Oberin waltet nach wie vor Fräulein Ida Schneider. Die Betriebsrechnung schließt bei einem Einnahmen von Fr. 108,404.75 und einem Ausgeben von Fr. 112,370.54 mit einem Betriebsdefizit von Fr. 3965.70, wozu noch Fr. 13,871.75 Zinsen für die Passiven kommen. Die Vermögensrechnung weist dagegen eine Vermehrung des Vermögens auf, das am Ende des Jahres 1908 Fr. 543,641.32 beträgt und hauptsächlich in den Liegenschaften enthalten ist.

So ist nun, wie der Bericht sagt, „mit der Ergänzung der Anstalt durch den Bau des Schwesternhauses, nach ihrer äußern Begrenzung wenigstens, die Aufgabe erfüllt, die uns auf dem Frauenkongreß in Genf, September 1896, gestellt wurde, und zu welcher sich die Krankenpflegekommission in ihrem ersten Appell an die Schweizerfrauen zu Neujahr 1897, sowie bei der Gründung unserer Stiftung im Februar 1899 mit feierlichem Gelöbnis verpflichtete."

Wir zweifeln nicht daran, daß auch die Schweizerfrauen sich ihrer Pflicht bewußt bleiben, das zu so schöner Blüte gelangte Frauenwerk fortwährend in werktätiger Liebe zu unterstützen und zu tragen; denn Krankenhäuser, die auch den unbemittelten Kranken dienen wollen, können sich nie selbst erhalten.

Sie war zu dumm.

Aus einem eigenartigen Grunde ist ein in Oberschlesien lebender Jurist von seiner Frau geschieden worden. Diese war als junges Mädchen eine üppige und kraftstrotzende Erscheinung gewesen, und auch als junge Frau zeigte sie noch eine gesunde Fülle. Die Mode des Sommers 1909 gebot aber eine übernatürliche Schlankheit, und die Frau Amtsrichter, die hinter den anderen Modedamen des Städtchens nicht nachstehen wollte, begann eine außerordentlich angreifende Kur, die nach Verlauf von drei Monaten den Erfolg zeigte, daß die Gans 25 Pfund an Gewicht abgenommen hatte. Die junge Frau ritt des Morgens drei Stunden, alsdann spielte sie zwei Stunden Tennis; sie machte Spaziergänge, die mindestens eine Stunde dauerten, und aß so wenig, als nur möglich war. Ihre blühende Gesichtsfarbe schwand und machte einer krankhaft bleichen Farbe Platz. Die schönen Rundungen verloren sich, und die Frau, die bei einer Größe von 1,70 Meter schließlich nur noch 106 Pfund wog, sah krank und verfallen aus. Eines aber hatte sie erreicht: ihre Freundinnen beneideten sie um ihre Schlankheit, und die Schneiderin mußte fortan für eine ganz schlanke Gestalt arbeiten. Der Amtsrichter jedoch, ein Freund der Gesundheit und alles Natürlichen, verbot seiner Gattin, indes vergebens, diese Kur fortzusetzen. Er erklärte vor Gericht, daß er von seiner Frau betrogen worden sei, da er sie als gesunde und blühende Person geheiratet habe. Es sei etwas anderes, wenn die Frau durch eine Krankheit von Kräften gekommen. Dann wäre es seine erste Pflicht gewesen, sie zu pflegen und zu hegen. Da sie aber nur um den Launen einer törichten Mode zu folgen, auf alles verzichtet habe, was eine Frau in den Augen des Mannes schön und begehrenswert mache, so sei er nicht gewillt, mit einer Frau, die einer solchen Torheit fähig ist, länger verheiratet zu sein. Die Richter sprachen die Scheidung aus und erklärten die Frau im Sinne des Gesetzes für den schuldigen Teil.

GALACTINA
Alpen-Milch-Mehl
Beste Kinder-Nahrung.
Die Büchse **Fr. 1.30.** 1050

Eine Sorge
weniger
haben diejenigen Hausfrauen, die sich Ihre Hauskonfekte nicht mehr selber herstellen, sondern sich dieselben von der rühmlicht bekannten Firma **Ch. Singer, Basel,** kommen lassen. [962
Singers Hauskonfekte sind den selbstgemachten nicht nur vollkommen ebenbürtig, sondern sie bieten eine viel reichhaltigere Auswahl in stets frischer Qualität. Postkollis von 4 Pfund netto, gemischt in 8 Sorten, Fr. 6, franko durch die ganze Schweiz.
Zahlreiche Anerkennungen

Schloss Chapelle Töchter-Institut und Haushaltungsschule.
Seriöse Studien. Geprüfte Lehrerinnen. — Prachtvolle Aussicht auf die Alpen. Prosp. u. Referenzen.
Moudon (Suisse). 1235] (H 21,655 L) **Mme. Pache-Cornaz.**

Weggis 1140 **Pension Baumen.** Geschützteste Lage am Vierwaldstättersee. Inmitten von Wiesen und Gartenanlagen; auch Park am See. Herrl., ruhiger Aufenthalt. Komf. Einricht. Pensionspreis Fr. **4.50** bis **6.** Prospekte durch **Schwestern Dahinden**

Für Verdienstsuchende.
1368] **10 Fr. und mehr pro Tag** verdienen allerorts stets Herren und Damen jeden Alters und Berufes durch Uebernahme und Ausführung von leichten häusl., gewerbl. und schriftl. Arbeiten, Vertretungen, Agent., Filialen etc.
Stets Zugang neuer Angebote. — Viele Anerkennungen. — Näheres:
Libr. Populaire, Carouge-Genf, Rue Ancienne 25.

Chem. Waschanstalt und Kleiderfärberei
Terlinden & Co. vorm. H. Hintermeister
1328] **Küsnacht-Zürich.**
Aeltestes, best eingerichtetes Geschäft dieser Branche.
Prompte sorgfältigste Ausführung direkter Aufträge
Bescheidene Preise. **Gratis-Schachtelpackung.**
Filialen-Dépôts in allen grösseren Städten und Orten der Schweiz.

Für Mädchen und Frauen!
1072] Verlangen Sie bei Ausbleiben und sonstigen Störungen bestimmter Vorgänge **gratis** Prospekt od. direkt unser neues, unschädliches, ärztlich empfohlenes, sehr erfolgreiches Mittel à 4 Fr. Garantiert grösste **Diskretion.**
St. Afra Laboratorium, Zürich, Neumünster. Postf. 13104.

In grossen Dosen verschiedener Grössen überall zu haben [1342

Hochzeits- & Festgeschenke
Garantierte
Uhren, Gold- und Silberwaren
die Sie in unserm neuesten Gratis-Katalog (ca. 1250 photographische Abbildungen) in reicher Auswahl finden.
E. Leicht-Mayer & Cie., Luzern, Kurplatz Nr. 27. [1010

1071

Für 6.50 Franken
versenden franko gegen Nachnahme
btto. 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen
(ca. 60—70 leichtbeschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [1058
Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.

St. Galler Stickerei.
1421] Ich liefere zu **Engros-Preisen** an Private und Weissnäherinnen **Naturel-** und **Madeira-Stickerei** auf **Madapolam** für Damenwäsche. **Festons** auf Einfach- und **Doppelstoff. Roben** und **Kinderröbli,** komplet und nur **Volants. Blousen** auf Batist, Leinen u. Wollmousseline. Gestickte **Blousenstoffe.** Solide, tadellose Ausführung. **Reichhaltiges Lager.** Nach auswärts **Mustersendung.** Versand der Ware per **Nachnahme.**
E. Brändly, St. Gallen
Tigerbergstr. 16.

1200

Garantie für Jedes Paar.
Verlangen Sie bitte **Gratis-Preisliste**

Ich versende gegen Nachnahme:

Herrensonntagsschuhe, solid u. elegant, Nr. 39—48		Fr. **8.50**
Mannswerktagsschuhe mit Haken, beschlagen Nr. 39—48		Fr **9.—**
Mannswerktagsschuhe mit Laschen, beschl., Ia., Nr. 39—48		Fr. **7.80**
Frauensonntagsschuhe, elegant,	Nr. 36—42	Fr. **7.—**
Frauenwerktagsschuhe, beschl.,	Nr. 36—43	Fr. **6.30**
Töchterschuhe, solid beschlagen,	Nr. 26—29	Fr. **4.20**
	Nr. 30—35	Fr. **5.20**
Töchtersonntagsschuhe,	Nr. 26—29	Fr. **5.—**
	Nr. 30—35	Fr. **6.—**
Knabenschuhe, solid beschlagen,	Nr. 26—29	Fr. **4.50**
Nr. 30—35 Fr. **5.50**	Nr. 36—39	Fr. **6.80**

Rud. Hirt, Lenzburg.
Zä 1243 g

Das Wohlergehen Ihrer Kinder
979] hängt von der Nahrung ab!
Mellin's Nahrung
ist das beste, leichtverdaulichste Nährmittel für Säuglinge und Kinder.

Garniturknöpfe
Schweizerhaus
Rosenbergstr. 63. St. Gallen. 1432

Charakter- und Schicksalsenthüllungen
1437] mittels Astrologie und Graphologie nach eingesandten Handschriften oder Geburtsdatum mit Angabe des Geschlechts, gibt (Lcpt 13,585)
F. Dinsch, Plauen i. V.
Forststrasse 70 I.

St.-Jakobs-Balsam
Hausmittel I. Ranges.
von Apotheker **C. Trautmann, Basel**
Dose Fr. 1.25. Eingetragene Schutzmarke.)
Bewährte Heilsalbe für Wunden u. Verletzungen aller Art, aufgelegene Stellen, **off. Beine, Krampfadern,** Haemorrhoiden, Ausschläge, Brandschaden, Hautentzündungen, Flechten etc. [1423
Der **St.-Jakobsbalsam,** sicher und unschädlich in der Wirkung, ist in Apotheken zu haben oder direkt in der
St.-Jakobsapotheke, Basel.

Die Gefahren des Telephons.

Aeußerst interessante Mitteilungen über das Vorkommen von Tuberkulosebazillen in den Mikrophonen der Telephonapparate werden in der Zeitschrift für Schwachstromtechnik gemacht. Danach hat Dr. Francis J. Allan, der Medizinalbeamte von Westminster, eingehende Versuche an einem öffentlichen Telephon in der Londoner Zentralbörse angestellt, die in der ärztlichen Welt Englands großes und berechtigtes Aufsehen erregt haben. Die Mundöffnung des Apparates wurde mit einem Tuch abgewischt und der Inhalt des Tuches dann zu Versuchen an zwei Meerschweinchen benutzt. Das erste Meerschweinchen starb 23 Tage, nachdem ihm von dem Inhalt des Wischtuchs etwas eingeimpft worden war, und die Sezierung ließ ausgesprochene Symptome der Lungentuberkulose erkennen. Das zweite Meerschweinchen starb 27 Tage nach der Injektion und zeigte ähnliche Zeichen der Ansteckung.

Diese Experimente beweisen, daß Tuberkulosebazillen von öffentlichen Telephonapparaten, wie sie jetzt allgemein im Gebrauch sind, leicht übertragen werden können. Sie legen ebenso die Notwendigkeit dar, alle Telephone, seien sie im öffentlichen oder privaten Gebrauch, in bestimmten Zwischenräumen zu desinfizieren. In der Londoner Warenbörse werden bereits nach einem Uebereinkommen mit der englischen Postverwaltung 50 Telephone täglich mit einer desinfizierenden Flüssigkeit abgewaschen.

Briefkasten der Redaktion.

Frl. J. S. in P. Lassen Sie sich die Besorgung Ihres Zimmers nicht abnehmen, es sei denn, daß Sie sich in dieser Zeit, nach dem Frühstück eine halbe Stunde Bewegung im Freien machen. Nur direkt vom Bett an den Arbeitstisch, das geht nicht an. Und wie kann Ihr Zimmer mit der nächtlich abgegebenen verbrauchten Atemluft angefüllt, gründlich gelüftet werden für den Tag, wenn Sie dabei arbeitend am Tisch sitzen? Es gibt ja Fälle und Verhältnisse, wo man die äußerste Kraft aufbieten muß, um zum Ziel zu gelangen; aber diese höchste Anstrengung darf nur eine bestimmte, der Konstitution angepaßte Zeitdauer geschehen, wenn nicht die Gesundheit auf die Dauer schwer geschädigt werden soll. Sich in solchem Fall rechtzeitig selber zu beschränken ist eine Kunst, die viele Frauen nicht verstehen, von welcher aber oft alles abhängt.

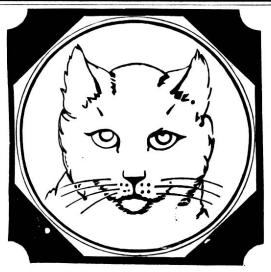
Bekümmerte Mutter in A. Auf dem Gebiete des Guten, Wahren und Schönen kann eine Mutter ihrem Sohn allezeit Autorität sein, aber in den Dingen des praktischen, täglichen Lebens und der Weltanschauung will der heranwachsende Junge nun einmal die überlegene Hand des wesensgleichen, männlichen Erziehers spüren. Es ist unklug darüber zu trauern oder sich auf die Seite geschoben zu fühlen. Diese sichtbare, dauernde Bekümmernis, die der Jüngling nicht versteht, ist imstande ihn der Mutter wirklich zu entfremden. Legen Sie also die dunkle Brille ruhig zur Seite, damit Sie die fröhlichen Farben wieder schauen können.

B. K. in B. Wenn man einen jeden Menschen gerade an diejenige Stelle hinsetzen könnte, wo seine speziellen Fähigkeiten Gelegenheit fänden sich zu betätigen, dann wäre das goldene Zeitalter angebrochen für einen jeden. So aber muß sich manche und mancher in Verhältnissen und an einer Stelle abquälen, die ihm kein Genügen in der Arbeit und darum auch keinerlei Befriedigung bietet. Zielbewußte und energische Naturen sind nun so lange suchend in Bewegung, bis sie das verhältnismäßig beste für sich ausgefunden haben. Es ergibt dies aber eine Zeit des Mißvergnügens, der Unruhe und für die Angehörigen oft der schweren Sorge, bis der Kieselstein durch das stete Rollen so weit abgeschliffen ist, daß er auf der ihm passenden Fläche ruhig liegen bleiben kann. Diese Sorge wird

1145] **Die Atmungswege** sind in unserm Klima ganz besonders Gefährdungen ausgesetzt, und sie bedürfen wohl am meisten der ärztlichen Hilfe. Es scheint daher sehr notwendig, gegen diese Krankheiten wirksame Mittel zu finden, und sowohl die Aerzte, als das leidende Publikum werden es mit großer Freude begrüßen, daß es gelungen ist, im „Sirolin Roche" ein Kreosotpräparat herzustellen, das sich bei allen Erkrankungen der Luftwege auf das vorzüglichste bewährt und sowohl ernstere als leichtere Katarrhe in verhältnismäßig kurzer Zeit beseitigt hat. „Sirolin Roche" vermindert den Auswurf, hebt den Appetit und beseitigt den Kräfteverfall, dabei ist das Mittel angenehm im Geschmack und ohne jede Giftigkeit.

Erhältlich in allen bessern Geschäften. (H 1866 G) [1445

Haus- und Küchengeräte
emailliert, verzinnt, poliert
Spezialität: **feuerfeste Geschirre**
Emaillierte Schilder jeder Art
Molkereigeschirre, verzinnt
alles in vorzüglichster Ausführung
liefert zu billigsten Preisen
Metallwarenfabrik Zug, A.-G.
Stanz- und Emaillierwerke
1213) Verzinnerei. (R 18 R)
Zu beziehen in allen Geschäften für Haushaltungsartikel.
Höchste Auszeichnungen an ersten Ausstellungen.



912] **Die** (H 5472 Z)
extra reine Seife „die Katze"
ist garantiert frei von allen der Seife schädlichen Substanzen und enthält das Maximum an nützlichen Stoffen. Die extra reine Seife **„die Katze"** verlängert die Dauerhaftigkeit der Wäsche und erspart 20 bis 30 % auf dem Gewicht der verwendeten Seife.
Man hüte sich vor Nachahmungen, deren Marken Aehnlichkeit mit dem Katzenkopf haben. — Dépôt bei
Jean Osterwalder, im Bleichele, St. Gallen.

Einzig
in ihrer Art ist
MAGGI's WÜRZE
mit dem Kreuzstern
Ein kleiner Zusatz davon, nach dem Anrichten beigefügt, verleiht schwachen Suppen, Bouillons, dünnflüssigen Saucen etc. augenblicklich überraschenden Wohlgeschmack.
Zu haben in Fläschchen von 50 Rp. an. (1219

Probenummern der „Schweizer Frauenzeitung" werden auf Verlangen gerne gratis und franko zugesandt.

RUDOLF MOSSE
grösste Annoncen-Expedition des Kontinents
(gegründet 1867). [1199
ZÜRICH
Aarau — Basel — Bern — Biel — Chur — St. Gallen — Glarus — Luzern — Schaffhausen — Solothurn.
Berlin - Frankfurt a/M. - Wien etc.
empfiehlt sich zur Besorgung von
Inseraten
in alle schweizerischen und ausländ. Zeitungen, Fachzeitschriften, Kalender etc. zu Originalpreisen und ohne alle Nebenspesen.
Bei grösseren Aufträgen höchster Rabatt.
Geschäftsprinzip: Prompte, exakte und solide Bedienung. Diskretion!
Zeitungskatalog gratis u. franco.

Fischer's Hochglanz-Crême
„Ideal"
unstreitig das beste Schuhputzmittel der Jetztzeit. **„Ideal"** gibt verblüffend schnellen und schönen Glanz, färbt nicht ab u. macht die Schuhe geschmeidig und wasserdicht. Ein Anstrich genügt gewöhnlich für mehrere Tage. — Zu beziehen in Dosen zu **25, 40** und **60 Cts.** durch jede Spezerei- und Schuhhandlung. [1100
Alleiniger Fabrikant: **G. H. Fischer,** chemische Zündholz- und Fettwarenfabrik, **Fehraltorf.** Gegründet 1860.

1304

Badanstalt Aquasana St. Gallen
Zwinglistr. 6
Wasser- und Licht-Heilanstalt.
Behandlung von Nervenleiden, Herzleiden, Magen- u. Darmkrankheiten, Muskel- und Gelenkrheumatismus, Fettsucht, Gicht, Blutarmut, Bleichsucht, Frauenkrankheiten, Hautleiden.
Hydrotherapie: Duschen, Halbbäder, fliessende Fuss- und Sitzbäder. — **Lichtbehandlung:** Glüh- und Bogenlichtbäder. Bogenlichtbestrahlung. — **Elektrische Bäder,** elektrische Lohtanninbäder. — Kohlensäurebäder. — **Massage,** Vibrationsmassage. — Fango-Applikation. — Sol- und andere medizin. Bäder. **Türkische Bäder. — Wannenbäder.**
Leitender Arzt: **Dr. Steinlin,** Spezialarzt f. Nervenkrankheiten. Sprechstunden in der Anstalt.
Die Prozeduren und Bäder werden durch geübtes Badepersonal genau nach Vorschrift sämtlicher Herren Aerzte von St. Gallen und Umgebung abgegeben.
(Za G 26) [1068

„Lucerna"
1441] vorzügliche (Ue 2807 i)
Chocoladen

doppelt schwer, wenn ein Mädchen sie uns bereitet, denn nur selten will beim weichen Muttergemüt sich die Kraft finden zu sagen: So steh' denn auf eigene Füße und mache aus deinem Leben, was dich am besten dünkt. Wie leicht scheitert solch ein Lebensschifflein, das nur vom Unverstand und von der Leidenschaftlichkeit gesteuert wird. Schrammen und Beulen, die der Bursche in solchem Kampf davonträgt, kann das Leben nachher wieder aushämmern, so daß die Form im großen und ganzen doch erhalten und das Gefäß nutzbar bleibt. Beim Mädchen aber gehen Splitter los und es gibt Scherben, die man vielleicht kitten kann mit kunstverständiger Hand, aber der wahre Wert ist dahin und beim jedesmaligen Betrachten muß man sich bedauernd sagen: Wie schade, daß dem wertvollen Gefäß das geschehen mußte. Aber eben — des Menschen Wille ist sein Himmelreich, dem man im Zeitalter der Lufteroberung einen jeden, auch das Mädchen, zusteuern lassen muß, auch wenn er sein Himmelreich im Schmutz der Straße erblickt.

M. G.-T. Die gefragten Kurse beginnen mit Anfang Oktober. Ihre Anmeldung muß also beförderlichst geschehen.

Herr C. F. Die Einsenderin der betreffenden Frage will nicht genannt sein, doch sind wir ermächtigt, schriftliche Mitteilungen für sie zur Uebermittlung entgegenzunehmen. Wenn Sie die Sache ruhig überdenken, so muß Ihnen die Haltung der betreffenden Dame in der geäußerten Frage erklärlich sein.

Eifriger Leser in A. Sie finden die Frage in Nr. 19 dieses Jahres behandelt. Auf Wunsch senden wir Ihnen die betreffende Blattnummer zu.

Berner Halblein beste Adresse: Walter Gygax, Bleienbach.

Eifrige Leserin in S. Es liegt in Ihrem Interesse, uns Ihre genaue Adresse mitzuteilen.

An die freundliche Blumenspenderin auf der Alpe. Sie hätten dabei sein müssen, als Ihre köstliche Sendung hier aus der so überraschend einfachen und doch so zweckentsprechenden Hülle genommen wurde. Welche Pracht und welche Feinheit! Sie sind eine Künstlerin im Blumenbinden, im Blumenverpacken und nicht zuletzt im Blumenschenken. Wer schon einmal von dem keuschen Naturzauber überwältigt auf einer blühenden Alp gestanden, dem mußten die Augen naß werden beim Anblick der so sinnig geordneten Blümchen, die den vollen Zauber der Bergwelt ausströmten. Lassen Sie sich recht herzlich danken für Ihre so liebenswürdig erneute Spende.

Aphorismen von Otto Weiß. *)

Was jeder von uns gern sammeln möchte: Medaillen ohne Kehrseite.

* * *

Wer viel vom Leben lernt, verlernt manches!

* * *

Zur Lehre der Sinneswahrnehmungen: Kenner der Gebärdensprache hören auch mit den Augen.

* * *

Merk dir's: „In deinem Interesse zu handeln, ist nicht immer in deinem Interesse!"

* * *

Manches Mädchen hat solch blendend Vorzüge — daß ich jedem Mann abraten möchte, sie zu heiraten.

*) Aus „So seid Ihr!" Zweite Folge. Deutsche Verlagsanstalt Stuttgart und Leipzig.

Manch Aufgeregten kann man nur durch Ohrfeigen beruhigen.

* * *

Bisweilen kommt, nachdem das Schlimmste überstanden ist — noch Schlimmeres.

Alkoholfreie Weine Meilen bei Festanlässen 1042

Es bürgert sich immer mehr ein, auch bei festlichen Anlässen alkoholfreie Weine v. Meilen zu trinken. Sie munden ausgezeichnet und fördern in schönster Weise eine festlich gehobene Stimmung, die nie ins Uebermass verfallen wird. Bei Toasten sind sie durchaus gesellschaftsfähig. Ein klarer Kopf selbst nach einer ausgedehnten Feier wird äusserst wohltuend empfunden.

Klavierspiel ohne Notenkenntnis und ohne Noten! Nicht viele Neuheiten auf musikalischem Gebiete dürften solches Aufsehen erregen, wie die neueste Auflage des unter obigem Titel erschienenen Systems, handelt es sich doch um die Erlernung des Klavierspiels ohne Noten oder sonstige Vorkenntnisse durch Selbstunterricht. Der Erfinder, Kapellmeister Theodor Walther in Altona hat mehrere Jahre gebraucht, um die Methode auf die jetzige Einfachheit und Höhe zu bringen. So mancher Musikfreund kann sich hiernach ohne weiteres, lediglich durch Befolgung der Erklärung, seine Lieblingslieder selbst einüben, da die Methode so leicht gehalten ist, daß sie ohne Mühe von jedermann sofort verstanden wird. Heft 1 und 2 mit 6 beliebten Liedern besorgt auf Wunsch für Mk. 2.50 die Expedition dieser Zeitung unter Nachnahme des Betrages. [556

Sorgfältige prompte Bedienung. **Kleider-Färberei Sprenger-Bernet, St. Gallen** Pilgerhof, Neugasse 48 Telephon Fabrik: Konkordiastrasse 3 **Chem. Waschanstalt** Billige Preise

Ich empfehle insbesondere meine **neue Filiale: Kornhausstrasse Nr. 7** zu fleissiger Benützung. (Z G 755) 1246

Liebig's Fleisch-Extract

Verbessert Suppen, Saucen, Gemüse etc.

OXO BOUILLON

Flüssig, sofort trinkfertig.

1½ bis 2 Theelöffel auf eine Tasse heissen Wassers.

1226

Reine, frische Sennerei-Butter

per Kilo à Fr. **2.75** ab Verkaufsort liefert an solvente Abnehmer [923

Anton Schelbert in Kaltbrunn.

(H 2750 G) 1374

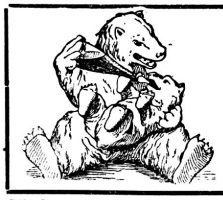
Cacao De Jong.

Seit über 100 Jahren anerkannt erste holländische Marke.

Gegründet 1870. [1327

Garantiert rein, leicht löslich, nahrhaft, ergiebig, köstl. Geschmack, feinstes Aroma. — **Höchste Auszeichnungen.**

Vertreter: Paul Widemann, Zürich II.



Wer seinen Kindern **blühendes Aussehen** und eine **kräftige Konstitution** sichern will, ernähre sie mit der altbewährten [1323

Berner-Alpen-Milch.

Möbelfabrik

Thümena & Co

vorm. Möbelmagazine Ad. Aeschlimann

Permanente Ausstellung

modernster Musterzimmer

Polstermöbel u. Dekorationen.

Feinste Referenzen. Mehrjähr. Garantie

Schifflände 12 Zürich I Trittlig. 3.

1115

1347]

ZEPHYR Toilette-Seife.

Unübertroffen für die Hautpflege. —

FRIEDRICH STEINFELS, ZÜRICH.

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen **Nr. 9.** September 1909.

Eine gesunde Kost.

Die Hochsaison des reifen Obstes und namentlich der Weintrauben ist da und es erscheint vielleicht nicht unangebracht, wieder einmal auf diese Universalmittel zur Erhaltung der Gesundheit nachdrücklich hinzuweisen. Die Weintraube hat schon in Folge ihres starken Zuckergehaltes als Nahrungsstoff großen Wert. Noch mehr aber dienen ihre mineralischen Bestandteile dem Aufbau des Körpers, denn durch die Arbeit der Verdauung werden fortwährend Salze verbraucht, die durch die Weintraube leicht wieder zu ersetzen sind und namentlich auf die Nervenspannkraft heilsam einwirken. Aerzte empfehlen deshalb häufig gegen allerhand nervöse Störungen, wie sie meistens von einer unrichtigen Mischung der Säfte herrühren, eine sog. Traubenkur. Sie ist sehr einfach und besteht in der Hauptsache in einem mehrere Wochen fortgesetzten Genuß von Weintrauben, wogegen sich wohl niemand sträuben wird. Zu vermeiden hat man während dieser Zeit nur fettige und mehlige Speisen, welche die Wirkung beeinträchtigen würden. Auch bei Blutarmut und Bleichsucht tut eine ähnliche Kur gute Dienste. Außer den Zucker- und Salzteilen enthält nämlich die Traube noch Kali, Phosphor, Natron und Kalk, alles Stoffe, die in natürlicher Zusammensetzung, wie sie diese Obstart bietet, von großem Vorteil für alle mit solchen Schwächezuständen verbundenen Störungen sind. Ebenso übt sie gegen Gicht und Hypochondrie, die meistens nur eine Folge jener sind, ihre Heilkraft aus. Aber auch auf andere Obstarten möchten wir aufmerksam machen. Pfirsiche z. B. sind ein altes Hausmittel gegen verdorbenen Magen. Aepfel, besonders gekocht, für Kinder zur Erhaltung einer guten Verdauung nicht zu entbehren. Der Saft der Tomaten übt einen günstigen Einfluß auf Leber und Därme aus, der Melonensaft soll Fieber und Nierenkrankheiten vertreiben. Brombeergelee beseitigt Husten; gekochte Pflaumen sind Skropulösen sehr zu empfehlen und Zitronensaft in warmen Kaffee geträufelt, hilft gegen

Kopfschmerz. Sellerie wirkt auf das Nervensystem, heilt angeblich in gewissen Fällen Rheumatismus und Neuralgie und beseitigt vorübergehend Zahnschmerzen. Spinat hat eine direkte Wirkung auf die Nieren, desgleichen Löwenzahn, wenn er grün genossen wird. Durch gelbe und weiße Rüben wird der Appetit gereizt, während Knoblauch, Schnittlauch und Oliven für gleichmäßige Zirkulation des Blutes sorgen. Rohe Zwiebeln sind ein vorzügliches Heilmittel bei Schwächezuständen der Verdauungsorgane. Kohlrabe fördert ebenso wie Wirsingkohl, Weißkohl und Grünkohl die Abführung, im Gegensatz zu grünen Bohnen, welche stopfende Wirkung haben.

Gesundheitsschädigung durch Kartoffelgenuß.

Jede Hausfrau weiß wohl, daß die Kartoffel, die neben dem täglichen Brot unser hauptsächlichstes Nahrungsmittel bildet, unter Umständen auch die Gesundheit schädigen kann. Namentlich während der Sommermonate erkranken hin und wieder Menschen nach dem Genuß verschiedener Kartoffelgerichte. Sie klagen über Kopfschmerzen, leiden an Erbrechen und Durchfall; in schwereren Fällen gesellt sich dazu Fieber, es treten auch Ohnmachtsanfälle und nervöse Erscheinungen hinzu. In der Regel verläuft die Krankheit gutartig und geht in Heilung über. Besonders häufig hört man, daß derartige „Kartoffelvergiftungen" sich in Anstalten oder Kasernen ereignet haben. Daraus kann man aber nicht schließen, daß sie in Privathäusern viel seltener sind. Die Massenerkrankungen in Anstalten erregen vielmehr Aufsehen und gelangen dadurch zur öffentlichen Kenntnis. Man weiß nun schon lange, daß die Kartoffel eine Giftpflanze ist und nicht bloß in ihrem Kraut, sondern auch in den Schalen der Knollen ist ein Gift, das Solanin enthält. Neuerdings hat man aber festgestellt, daß doch nur ein Teil der Erkankungen auf Solaninwirkung zurückzuführen ist, daß vielmehr auch Bakterien mitspielen und die Schädigungen der Gesundheit durch Zersetzungsprozesse in den Kartoffelspeisen hervorgerufen werden. In einem Artikel in der „Gartenlaube" führt C. Frederich aus, daß derartige Erkrankungen namentlich im heißen Sommer, der die Zersetzung der Kartoffel besonders begünstigt, also in den Monaten Juli und August, in denen man die neuen, noch wasserreichen Kartoffeln verwendet, vorkommen. Die Verhütungsmaßregeln sind folgende: Man soll die Kartoffeln möglichst bald nach dem Kochen verbrauchen. Will man sie dennoch aufbewahren, so muß man für rasche Abkühlung sorgen und sie kalt stellen; die geheizte Küche ist nicht der geeignete Ort hierzu. Außerdem muß man die gekochten Kartoffeln wohl zu-

decken, damit nicht Keime aus der Luft hineingelangen, denn die Kartoffeln bilden für verschiedene Krankheitserreger einen ausgezeichneten Nährboden. Während diese Vorsichtsmaßregeln im Winter genügen, muß man im Sommer vom Aufbewahren gekochter, namentlich junger, wasserreicher Kartoffeln grundsätzlich absehen. Was zu jener Zeit über Nacht stehen bleibt, kann nur zu leicht verderben und giftig werden. Der Hochsommer ist überhaupt die Zeit, in welcher die Hausfrau möglichst ohne Speisereste wirtschaften soll.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Spinatklößchensuppe. Ein gehäufter Teller Spinat wird gewaschen, gut ausgedrückt, sehr fein verwiegt, mit 100—150 Gramm Mehl, Salz, Muskatnuß und zwei gut verklopften Eiern zu einem Teig gemischt, den man etwas ruhen läßt. Mit einem Kaffeelöffel oder mit dem Spritzsack werden nun kleine Klößchen in siedendes Salzwasser gegeben und mit einem Stückchen frischer Butter 5 Minuten langsam aufgekocht. Zuletzt muß die Suppe mit etwas Maggis Suppenwürze gekräftigt werden.

*

Käsesuppe. Altgebackenes Brot oder Weckli wird in feine Scheibchen geschnitten, 125—150 Gramm halbfetter Schweizerkäse oder nach Belieben Magerkäse wird fein gewiegt, beides lagenweise in die Pfanne gegeben und so viel kochende Fleisch- oder Knochenbrühe darangegossen, daß das Brot gut bedeckt ist und nun 10—20 Minuten auf einer heißen Stelle des Herdes, aber ohne direktes Feuer „ziehen" gelassen. Alsdann quirlt man alles mit einem Schneebesen tüchtig, fügt noch die nötige Brühe oder auch kochendes Wasser bei und kocht kurz zu einer sämigen Suppe auf, die mit einem Güßchen Maggis Suppenwürze abgeschmeckt und mit einer Prise weißen Pfeffers gewürzt wird.

*

Kalbfleischplätzchen à la crème. Ein Kalbsfilet wird gehäutet, in feine Plätzchen geschnitten, leicht geklopft, gewürzt, in heißer Butter angebraten, mit Mehl bestäubt und schön braun fertig gebraten. Wenn sie schön dunkel sind, wird ein wenig Rahm oder Milch hinzugefügt, die kleine Sauce eingekocht, mit etwas Fleisch-Extrakt gekräftigt und die Plätzchen damit glaciert.

*

Gedämpftes Rindfleisch in Weißkraut. Gewöhnlicher Kohl wird fein geschnitten dann 1½ Kilo Rindfleisch geklopft und würflig geschnitten. Dann werden in einen Topf 2 Löffel voll Butter

gelegt, darauf eine Lage Fleisch, Salz, Pfeffer, ganz wenig Mehl und gewiegte Zwiebel darüber gestreut, darauf eine Lage Kohl, wieder Fleisch und Gewürz und so abwechselnd, bis alles eingelegt ist; dann wird der Topf recht fest geschlossen und das Fleisch auf nicht zu starkem Feuer weich gedämpft — etwa 1½ Stunden.

*

Klöße von Kalbshirn. Das Hirn wird gehäutet, rein gewaschen, kurz blanchiert und wenn erkaltet, fein gehackt. Eine feingeschnittene Zwiebel, etwas gewiegte Petersilie werden in Butter gedünstet und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuß und einem eingeweichten verwiegten Brötchen, sowie 2—3 Eiern zum Hirn gegeben und alles tüchtig gemischt. Von dieser zusammenhängenden Masse formt man nußgroße Klößchen, gibt sie in schwach siedendes Salzwasser, dem man eine Garnitur Kräuter oder etwas Weißwein beigegeben hat. Sobald sie obenauf schwimmen, richtet man sie an und stellt sie warm, bis die weiße Sauce gar ist, die man mit frischer Butter, Mehl und obiger Klößchenbrühe bereitet und die dann mit Rahm und einem Güßchen Maggis Würze verfeinert und über die Klößchen gegossen wird.

*

Fülle zur Kalbsbrust. Reste von Braten oder Suppenfleisch werden fein gehackt, etwas Weißbrot oder Weggli wird in Milch eingeweicht, gut ausgedrückt und mit feinen Kräutern, sowie etwas Zwiebeln ebenfalls feingewiegt und nebst 1—2 Eiern gut mit dem Fleisch vermengt, wenn nötig noch etwas gesalzen und wer Gewürz liebt noch gewürzt, die Kalbsbrust damit gefüllt, zugenäht und im Ofen gebraten.

*

Amerikanische Sauce. In etwas frischer Butter oder in Speckwürfelchen werden vier zerrissene Tomaten, zwei zerschnittene gelbe Rüblein, eine ebensolche Schalotte und etwas Selleriewürfelchen mit einigen Löffeln Wein gedämpft, nach und nach wird ein ¼ Liter Fleischbrühe zugefügt, alles gut weich gekocht und durch ein feines Sieb gestrichen. Die Sauce soll bindig sein, sie wird beim Anrichten mit etwas Zitronensaft und etwas Fleisch-Extrakt verfeinert. Nach Belieben kann ein Löffel Brandy beigemischt werden.

*

Salat von Schwarzwurzeln. Die Schwarzwurzeln werden gereinigt, geschabt, in Milch und Wasser gelegt, damit sie weiß bleiben und hernach darin weichgekocht. Sie werden dann mit einem reinen Tuche leicht abgetrocknet und mit der folgenden Salatsauce vermischt aufgetragen: 2 hartgesottene Eier werden mit ca. 3—4 Eßlöffel voll Olivenöl, einem Eßlöffel Zitronensaft, einer Prise Zucker, Salz, nach Belieben

Pfeffer, sowie einigen Tropfen Maggi-Würze oder Fleischextrakt vermengt. Nach Belieben garniert man mit Kresse oder Randensalat.

*

Blumenkohlsalat mit Rahm. Man kocht einen schönen Kopf Blumenkohl in schwachem Salzwasser mit etwas Essig oder durchgeseihtem Zitronensaft gar, doch nicht weich, läßt ihn abtropfen, pflückt die Stauden auseinander und übergießt sie mit folgender Sauce: Dicksaurer Rahm wird mit einigen hartgekochten Eigelb verrührt und nach und nach Oel, Zitronensaft, gestoßener Pfeffer, Salz, eine Prise Zucker und ein klein wenig gestoßene Muskatblüte daran gegeben. Man kann sie mit Kapern garnieren.

*

Sellerie gefüllt. Schöne runde Knollen kocht man im Wasser halbweich; nachdem man sie noch 5 Minuten in kaltes Wasser gelegt hat, schneidet man sie entzwei und bohrt sie mit einem Löffel innen aus. Für 8 Sellerie werden 250 Gramm Kalbsleber fein verwiegt und mit 4 Eiweiß durch ein Haarsieb getrieben. Nun werden 90 Gramm Butter schaumig gerührt, gibt einen Eßlöffel voll geriebenes Weißbrot, die durchgetriebene Leber nebst Salz und Pfeffer darein; dann wird ein Blech dick mit Butter bestrichen, die Sellerie gefüllt, auf das Blech gestellt und in den Ofen geschoben. Man kann die Sellerie auch in einer Bratpfanne auf schwachem Feuer fertig machen.

*

Gefüllter Kohlkopf. Einen recht großen Weißkohl- (Kraut-) Kopf entblättert man vorsichtig und kocht die abgewaschenen Blätter in siedendem Salzwasser leicht über. Nun legt man ein sauberes Tuch in eine runde Schüssel oder einen Durchschlag und füllt dieses dann auf folgende Weise: Man legt rund herum die größten Kohlblätter mit den Stengeln nach unten, bestreicht diese 1—2 Finger dick mit einer Fleischfarce, wie man sie zu guten Fleischklößen, großer Frikandelle und dgl. bereitet, bedeckt die Fleischmasse mit den kleineren Blättern, schlägt zuletzt die äußeren Blätter fest um das Ganze, so daß die Form des Kohlkopfes wieder hergestellt ist, bindet das Tuch ganz stramm und fest über den Ballen zu und kocht den Kohlkopf darin in gesalzenem Wasser 1½—2 Stunden. Beim Anrichten muß man ihn vorsichtig aus dem Tuche rollen lassen, damit er ansehnlich bleibt. Man gibt eine Butter- oder Kapernsauce dazu.

*

Randengemüse à la russe. Gesottene rote Randen werden geschält und verwiegt. In etwas Butter wird eine feingeschnittene Zwiebel gedünstet, das Gemüse zugefügt, mit Essig beträufelt (damit die Farbe

erhalten bleibt), Salz und einige Löffel saurer Rahm beigegeben und langsam gar gedämpft.

*

Wirsingkohl mit Rahm. Die Wirsingköpfe werden zerteilt, von Strünken und Rippen befreit, in Salzwasser abgekocht und auf ein Sieb zum Abtropfen gelegt. Aus Butter und Mehl bereitet man eine Einbrenne, gießt 1/4 Liter sauren Rahm und wenn erforderlich, etwas Fleischbrühe zu. Die Wirsingblätter müssen in der Sauce unter Hinzugabe von etwas Pfeffer weich dämpfen.

*

Zwetschgen-Kuchen. Hiezu kann man sowohl geriebenen Teig als auch Butterteig nehmen. Man rollt einen Boden aus, macht einen Rand darauf, den man mit Eigelb bestreicht, streut auf den Boden zerstoßene Makkaronen, legt die ausgesteinten halben Zwetschgen recht nahe aneinander auf den Kuchenboden, bestreut sie reichlich mit Zucker und Zimmt und backt den Kuchen in ziemlich heißem Ofen gut aus.

*

Tomaten. Einen Steintopf oder ein größeres Einmachglas mit gut ausgereiften, aber noch harten Tomaten füllen und gekochten und wieder abgekühlten Weinessig darüber gießen und etwa fingerdick Olivenöl. So halten sich die Tomaten vorzüglich.

*

Tomatenmarmelade. Die gut reifen, roten Tomaten werden auseinandergerissen und ohne weitere Zutaten in ihrem eigenen Safte auf schwachem Feuer zu Mus gekocht, dann durchgetrieben und nochmal auf's Feuer gegeben, dazu gibt man auf je 500 Gramm Mark 250 Gramm Zucker nnd läßt alles zu einer dicken Marmelade einkochen.

*

Gefüllte Aepfel. Von 12 geschälten Aepfeln schneidet man oben einen Deckel ab, höhlt das Kernhaus aus und füllt sie mit folgender Masse: 125 Gramm geschälte, fein gestoßene Mandeln, mit 80 Gramm Zucker, 2 ganze Eier und fein geschnittener Zitronat, zusammengerührt. Die gefüllten Aepfel setzt man in ein flaches, gebuttertes Geschirr, gießt 1/2 Liter Weißwein, mit Zucker versüßt, zu und backt sie im Bratofen. Der Saft der Aepfel wird noch mit etwas Himbeersaft eingekocht und als Sirup über die angerichteten Aepfel gegossen.

*

Apfelauflauf. 8—10 geschälte und entkernte Aepfel werden in feine Scheiben geschnitten und mit zerstoßenem Zucker vermischt zur

Seite gestellt. 6 abgeriebene Semmeln, ebenfalls in dünne Scheiben geschnitten, werden mit siedender Milch übergossen. Zu 250 Gramm leicht gerührter Butter kommen nach und nach 65 Gramm fein gestoßene Mandeln, 125 Gramm Zucker, 8 Eigelb, die fein geschnittene Schale einer Citrone, das angefeuchtete Brot und zum Schluß der Schnee der 6 Eiweiß mit den Aepfeln. Man füllt die Masse in eine ausgebutterte Form und backt sie 30—40 Minuten im Ofen.

*

Pfirsich-Kompott. 15 schöne, noch nicht ganz reife Pfirsiche werden einige Minuten in kochendes Wasser gehalten, von der Haut befreit, halbiert, die Steine herausgenommen und die Kerne daraus geklopft. Die halben Pfirsiche werden in einer flachen Kasserole mit 250 Gramm Zucker, einer Tasse voll Wasser auf dem Feuer weich gekocht, schön angerichtet und der Syrup mit den Kernen dickflüssig eingekocht und darüber gegossen.

*

Rahmaufzug. Eine Obertasse süßer Rahm wird heiß gemacht; in dieser Zeit rührt man eine halbe Tasse Mehl mit einer Tasse sauren Rahm recht glatt an, gießt den kochenden Rahm dazu, rührt 4—5 Eier, etwas Salz, Zucker nach Belieben (einige Rosinen ohne Kerne) hinein, füllt die Masse in eine Aufzugform, die gut mit Butter bestrichen ist und läßt es im heißen Backofen oder zwischen Holzkohlen aufziehen.

*

Sudelpudding. 250 Gramm geschälte und feingestoßene Mandeln, 250 Gramm gestoßener Zucker, ebensoviel frische, zerlassene Butter, eine fein verwiegte Zitronenschale und ein Ei werden gut untereinander verrührt. Eine Form mit Butter gut ausgestrichen wird mit Gries bestreut, hierauf eine Lage von dieser Masse, und eine Schicht Konfitüre und so weiter hineingelegt und das Ganze im Ofen gebacken.

*

Zitronen-Pudding. 10 Eigelb mit 250 Gramm Zucker und Saft und Schale einer großen Zitrone eine viertel Stunde rühren, dann den Eischnee hinzutun und zuletzt 20 Gramm weiße Gelatine, mit einer Tasse kochendem Wasser aufgelöst, hinzugeben, ohne viel zu rühren. In eine nasse Form schütten, und mit Fruchtsauce servieren. (Für ungefähr acht Personen).

*

Rote Milchspeise. (Sehr fein). Ein Liter gute Vollmilch (nicht abgerahmt), wird aufgekocht kalt gestellt — doch so lange gerührt, bis sich keine Haut mehr oben bildet — 300 Gramm Zucker zugesetzt und dann recht schnell 30 Gramm aufgelöste, rote Gelatine (unter welcher jedoch 1/3—1/4 weiße sein kann, damit die Speise zart rosa erscheint),

die abgeriebene Schale von einer, der Saft von vier Zitronen darunter gerührt. Man läßt die Speise in einer mit Mandelöl ausgestrichenen Form kalt, womöglich auf Eis gestellt, gerinnen. Ausgestürzt gibt man sie mit eine Vanillensauce.

*

Bananen als Heilmittel. Bananensaft hat sich als Heilmittel gegen Bronchitis, Atembeschwerden 2c. sehr gut bewährt. Man gewinnt den Saft dadurch, daß man die geschälten Bananen hackt und mit viel Zucker in verschlossener Flasche oder Glas, mit Wasser bis oben gefüllt, zum Kochen bringt und einmal aufwallen läßt. Der Saft hält sich während der Dauer eines Jahres. Man gibt davon einen Teelöffel voll auf einmal.

*

Pelzwerk jahrelang zu schützen. Bespritze es gut mit Spiritus, der mit Kampfer und Schalen von spanischem Pfeffer 8 Tage an der Sonne destillierte, oder lege nasse Bäuschchen, die mit der Flüssigkeit getränkt wurden, in die Pelz- und Wollsachen und schlage feste Tücher darum.

*

Heißes Seifenwasser, aus grüner Seife hergestellt, ist eines der besten Desinfektionsmittel für Ausgußbecken und Klosetts. Bürstet man die Porzellan- oder Emaillebecken tüchtig damit aus, so vergeht jeder üble Geruch.

*

Wie man Glas feilen kann. Oft möchte man von einer Glasscheibe ein Stückchen abfeilen, etwa wenn die Glasplatte um eine Kleinigkeit zu groß ist für einen der modernen Photographieständer; sowie man aber den ersten kräftigen Feilstrich tut, platzt die ganze schöne Glasplatte. Es ist aber in der Tat möglich, Glas so gut zu feilen, wie etwa Holz oder Metall. Zu diesem Zwecke wähle man sich eine nicht sehr grobe Feile, am besten eine solche mit einfachem Parallelschlag und benetze sie mit Benzin, indem man vorher Kampfer bis zur Sättigung aufgelöst hat. Wenn man mit der so präparierten Feile einigermaßen vorsichtig auf dem Glase feilt, wird man seinen Zweck sicher erreichen.

*

Auffrischung alter Oelgemälde. Mit in frisches Wasser eingetauchtem weichen Lappen reinige man das ganze Bild und lasse es trocknen; alsdann bestreiche man das Gemälde mittelst eines weichen Pinsels mit feinem, etwas erwärmtem, mit sehr wenig Terpentinöl verdünntem Damarlack und lasse es trocknen, ohne daß es der Sonne ausgesetzt wird.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen