Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 11 (1907-1908)

Heft: 7

Rubrik: Gesundheitslehre : Nervöse und ihre Nervenmittel

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 21.01.2026

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

und sich wieder und wieder überzeugt hatte, daß das Gänslein wirklich und leibhaftig aufgefunden sei, pflückte er Gras, legte es in den Korb, setzte das Gänschen hinein und ging flußaufwärts. Die Freude gab ihm zuerst neue Kräfte, allein bald kehrte die Schwäche zurück, und er wäre umgefallen, wenn der Gedanke ihn nicht aufrecht erhalten hätte, daß sein Gänslein dann wieder verloren gehen könnte. Müde, mit schmerzenden Gliedern schleppte er sich weiter und kam endlich auf den Weg. Neben demselben hüteten Knaben ihre Kühe auf einer Wiese. Er trat zu ihnen und bat um Brot.

„Wir haben selber keines", sagten sie: aber wenn du willst, kannst du Milch bekommen."

„Gebt mir Milch, ich bitte euch", sagte der Knabe mit versagender Stimme, und ein Hirtenbube fing eine der Kühe, band sie an den nächsten Baum fest und hielt sie an den Hörnern, während ein anderer seinen Hut holte, der unter den Haselsträuchern lag, Milch hineinmolk und sie dem Gaste mit den Worten reichte: „Trinke nur zu, wenn du fertig bist, melke ich noch mehr." Unser Bauernknabe ruhte bei den Hirten aus, erzählte ihnen seine Geschichte, ließ einen jeden von ihnen sein Gänslein anschauen und streicheln, nahm dann Abschied und wanderte in sein Heimatdorf zurück. Einem jeden, der ihm begegnete, rief er zu: „Schau her, da ist mein Gänslein! Es ist nicht umgekommen, es lebt und ist heil und ganz!"

Der Bauer und die Bäuerin freuten sich noch mehr über seine Rückkehr als über die des Gänsleins. Am Tage darauf hatte das ganze Dorf von seinem Erlebnis erfahren, und er selber erhielt den Namen „Gänslein".

(Fortsetzung folgt.)

Gesundheitslehre.

Nervöse und ihre Nervenmittel.

Wie viele Nervenleidende probieren eine „Nervennahrung" nach der anderen, wie sie in den Zeitungen immer aufs neue angepriesen werden. Diese „Kuren" sind ja so bequem zu machen, da keine der geliebten Gewohnheiten aufgegeben zu werden braucht. Wenn die Mittel aber nichts helfen, und den Kranken wird geraten, einen Versuch mit der Nervenheilkunde zu machen, so antworten sie oft überlegen: „Die Naturheilkunde ist nur für Leute, die viel Zeit und Geld haben." Und darum greifen sie lieber zu einem fragwürdigen „Mittel", um ihre Nervenschmerzen loszuwerden. Sollten sie wirklich so beschäftigt sein, daß sie nicht nach dem Aufstehen und vor dem Zubettgehen 10 bis 15 Minuten nackend turnen, Sonntags eine längere Wanderung und ab und zu eine Wechselwaschung machen könnten?! Man muß nur wollen, dann geht's auch. Reinliches Lüften der Wohn- und Arbeitsräume und Schlafen bei offenem Fenster bedeutet überhaupt keinen Zeitverlust. Und wenn sie sich des Abendschoppens, des Bohnenkaffees und des Tabaks enthalten und Nüsse, Datteln, Feigen und anderes Obst, dazu Salat und Gemüse essen, so leben sie sicher billiger als beim Gebrauch irgend welcher

„nervenstärkenden" Mittel. Die Hauptsache aber ist: sie werden bei solch einer Lebensweise gesund und arbeitstüchtig, was sie von irgend welchen „Mitteln" nie erhoffen dürfen.

Bücherschau.

Werke von G. Baumberger: 1. Blaues Meer und schwarze Berge, Volks- und Landschaftsbilder aus Krain, Istrien, Dalmatien, Montenegro; 2. Grüeß Gott! Volks- und Landschaftsbilder aus der Schweiz; 3. Questa la via, Volks- und Landschaftsbilder aus Tirol; 4. Juhu — Juuhu! Appenzellerland und Appenzellerleut. Verlag von Benziger u. Co., A.-G., in Einsiedeln. Preis gebunden je Fr. 5.—.

Alle vier zweckmäßig illustrierten Werke sind bereits in dritter Auflage erschienen. Diesen Erfolg verdanken sie sowohl den vielseitigen Interessen, welche ihr Verfasser bekundet, als der wirklich frischen, lebensvollen Darstellung. Baumberger hat nicht nur ein paar helle, scharf zusehende Augen im Kopf, sondern versteht auch zu hören; und dann hat man überall den Eindruck, daß er wirklich etwas erlebt habe und nicht einfach drauflos fabuliere. Sinn für Schönheit und Kunst und Natur ist ihm in hohem Grade eigen und ein warmes Herz sitzt ihm in der Brust, das am Schicksal der Einzelnen, mit denen er zusammentrifft, gerne teilnimmt, sowie sich sein Geist für die Schicksale der Völker interessiert, deren Länder er bereist. Auch Nichtkatholiken werden diese trefflichen Bücher nicht lesen können, ohne dem Verfasser für den poetischen Genuß und die Erweiterung des Gesichtskreises dankbar zu sein.

19. Jahresbericht der schweizerischen Fachschule für Damenschneiderei und Lingerie. (Zürich 5, Kreuzstraße 68). Zürich, Druck von Jean Frank, 1908.

Wir machen unsere Leserinnen gerne auf die mannigfachen Bildungsgelegenheiten aufmerksam, welche die Anstalt allen gewährt, die entweder einen weiblichen Beruf erlernen oder sich die nötigen Fertigkeiten für den Hausgebrauch aneignen wollen. Da gibt es eine Berufslehre und berufliche Fortbildung für Damenschneiderinnen (3 Jahre) und für Weißnäherinnen, Kurse für Weißnähen, Kleidermachen, Glätten und Flicken für den Hausgebrauch (15 Wochen) und endlich einen Arbeitslehrerinnenkurs, der fünfviertel Jahre dauert.

Bewährte Lehrkräfte wirken an der Anstalt. Im Jahre 1907 betrug die Gesamtfrequenz 490 Schülerinnen. Statuten und ausführlicher Lehrplan werden Interessenten auf Verlangen gerne zugesandt.

Illustrierte Jugendschriftchen. Kindergärtlein. Für das Alter von 7—10 Jahren. Heft 28. Herausgegeben von J. R. Müller „zur Leutpriesterei" Zürich, unter Mitwirkung einer Kommission des schweizerischen Lehrervereins. Nette und für Kinder von genanntem Alter recht ansprechende Gedichtchen und Geschichtchen.

Aus dem Gebiet der Jugendfürsorge. Vortrag von Herrn Lehrer Stauber in Wald, gehalten in der Gemeinnützigen Gesellschaft des Bezirks Hinwil. Wetzikon, Aktienbuchdruckerei, 1908. Ein warmherziges, anregendes Schriftchen.

Die Gotthardbahn. (Europäische Wanderbilder Nr. 30, 31, 32, 33.) Von J. Hardmeyer. 6. Auflage (152 Seiten mit 64 Illustrationen und 1 Karte). Oktav. Zürich 1907. Verlag: Art. Institut Orell Füßli. Fr. 2.—.

Es sind hier die seit der Eröffnung der berühmten Verkehrslinie eingetretenen Änderungen bis in alle Details berücksichtigt und die Zahlen der technischen sowohl