

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 15 (1911-1912)  
**Heft:** 6

**Buchbesprechung:** Bücherschau

**Autor:** [s.n.]

#### 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:** 20.02.2026

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

wichtige Aufgabe, die Ausdünnung der schädlichen Stoffe, wirklich erfüllen.

Zweckmäßig unterstützt wird diese Körpererwärmung von außen durch solche von innen, und zwar durch kräftige warme Nahrung. Bei schlechter Kost vermag unser Körper der Kälte viel weniger Widerstand zu leisten als bei guter. Diese soll im Winter möglichst immer warm sein. Es ist Verschwendug, wenn man kalte Speisen und Getränke genießt, weil der Organismus zur Erwärmung derselben bis auf Körperwärme ein gut Teil Heizkraft verbraucht und somit dem Körper entzieht. Daher das schauernde Gefühl nach einem kalten Trunke, dem Viele die eigentliche Schuld an ihrem langjährigen Magenleiden zuschreiben. Die verbreitete Sitte, zum kalten Abendbrot Bier zu trinken, ist nicht gesund; dazu gehört ein warmes Getränk oder vorher eine Suppe. Das alles ist hygienische Wärme-Diätetik.

Unseres Körpers Haupttherd zur Erwärmung, die wirksamste Wärmequelle, bildet aber Bewegung und Muskeltätigkeit. Sie erhöht im Winter die körperliche Betriebswärme bedeutend, durchheizt den ganzen Organismus, steigert den Lebensprozeß, vermehrt den Stoffwechsel und die notwendige Ausscheidung der schädlichen Abfallprodukte. Wohl denen, die Zeit und Gelegenheit haben zum regelmäßigen Bergsteigen oder Schlittschuhlaufen, zum Turnen in Vereinen oder zur Gymnastik an Apparaten! Jeder aber kann wenigstens daheim täglich mit Hanteln oder einem Stuhle sich wohlig warm arbeiten. Der gesundheitliche Erfolg ist überraschend, sicher und dauernd!

---

## Bücher schau.

**Seremias Gotthelf** (Albert Biziüs). **Sämtliche Werke in 24 Bänden**, in Verbindung mit der Familie Biziüs herausgegeben von Rudolf Hunziker, Hans Bloesch, C. A. Voosli. 1911. Verlag von Eugen Rentsch in München und Bern.

Der von Hans Bloesch bearbeitete VII. Bd. enthält eines der reifsten und schönsten Werke Gotthelfs, „Geld und Geist“, und wir zweifeln nicht, daß gerade dieses Werk, mit welchem die Neuausgabe beginnt, in allen Kreisen unseres Volkes warmen Beifall finden und das Verlangen nach den übrigen wecken werde; denn es ist vielleicht der gemütvollste und sonnigste Familien-Dorfroman, den Gotthelf geschrieben hat. Von der schönen Gesinnung, die das Werk erfüllt, von der Lebenswirklichkeit, die es wiedergibt, der einzigartigen Menschenkenntnis Gotthelfs, der seinen Gestalten nicht nur in die Augen geschaut, sondern sie auch auf Herz und Nieren geprüft hat, brauchen wir unsern Lesern nichts mehr zu sagen. Hier gilt es zuzugreifen: Gotthelfs Werke bilden ein unerschöpfliches Schätzästchen für unser Volk. Die Ausstattung ist schön, der Band zu 5 Fr. recht billig. Die Bearbeitung nach den verschiedenen bisherigen Ausgaben darf eine recht umsichtige, verständnisvolle und sorgfältige genannt werden und die Anmerkungen, welche Dr. H. Bloesch beisteuert — natürlich im Anhang — werden allen Lesern willkommen sein.

**Gesundheitspflege des Kindes**, von Dr. J. Bernheim-Karrer, Vorstand des Kantonalen Säuglingsheims und Privatdozent. Zürich. Schultheß & Co. 1912.

Der als Kinderarzt vorteilhaft bekannte Verfasser betrachtet sein kleines, sehr empfehlenswertes Buch als eine Ergänzung der Aufklärungsarbeit, welche die Ärzte im allgemeinen bei den Kinderkrankenbesuchen leisten; besonders ausgiebig erörtert er die Gesundheitspflege des Säuglings, bei der so viel Irrtümer, oft ganz verhängnisvoller Art, begangen werden. Hier spricht einer, der dazu berufen ist und er tut es in leicht verständlicher Weise.

**Der Weltverbesserer**. Lustspiel von Otto von Greherz. Verlag von A. Franke, Bern. Fr. 1.20, brosch.

Der Weltverbesserer Coleridge hat in Bristol einen epochemachenden Vortrag zu halten, der das Volk über den Zukunfts-Idealstaat aufklären soll. Er vergisst aber, daß er auf der Fahrt nach Bristol die geistreiche Schauspielerin Sarah Fricker als Reisegefährtin gewann, in der Stadt angekommen, Ort und Zeit und Pflicht und findet sein goldenes Zeitalter in den Armen seiner Sarah, mit der er sich verlobt. Das Stüddchen, das sich für Liebhaberbühnen besonders eignet, ist in einem muntern Ton geschrieben und wird, wenn es fein aufgefaßt und dargestellt wird, vorzügliche Wirkung tun.

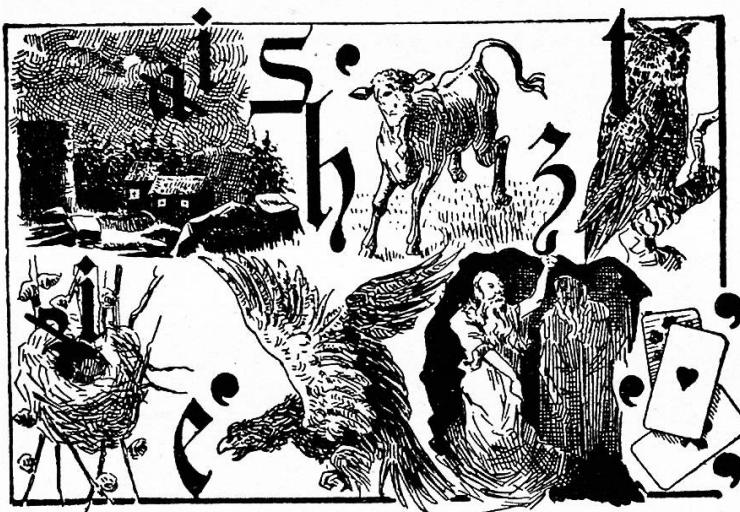
**Stickelbergers Aussprache des Hochdeutschen** im Verlag von Schultheß & Cie. in Zürich erschienen, ist sowohl für den Schul- als für den Privatgebrauch bestimmt.

Das Charakteristische des Büchleins ist sein rein schweizerisches Gepräge; es wird durchwegs nur auf schweizerische Fehler und Schwierigkeiten Rücksicht genommen und stets abgewogen, welche Eigentümlichkeiten unserer schweizerischen Aussprache als berücksichtigte Eigenart gelten, welche aber als Fehler gelten müssen.

Zweck des Büchleins ist, daß ein gebildeter Schweizer in der Unterhaltung mit Deutschen, oder beim Vortrag, namentlich von Gedichten, sich einer gebildeten Sprache zu bedienen weiß. Preis 40 Rp.

### Bum Bilderrätsel.

Von den bis zum 15. März 1912 auf dem Bureau der Pestalozzi-Gesellschaft, Rüdenplatz 1, Zürich I, eingehenden richtigen Lösungen erhalten 3 durchs Los gezogene je ein wertvolles Werk aus der neueren schweizer. Literatur und 17 andere je einen gebundenen Jahrgang unserer Monatsschrift (soweit Vorrat nach Wahl des Gewinners).



**Redaktion:** Dr. Ad. Vögtlin in Zürich V, Asylstrasse 70. (Beiträge nur an diese Adresse!)  
~~zu~~ **Anverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden.** ~~zu~~

**Druck und Expedition von Müller, Werder & Cie., Schipfe 33, Zürich I.**

#### Insertionspreise

für schweiz. Anzeigen:  $\frac{1}{1}$  Seite Fr. 72.—,  $\frac{1}{2}$  S. Fr. 36.—,  $\frac{1}{3}$  S. Fr. 24.—,  $\frac{1}{4}$  S. Fr. 18.—,  $\frac{1}{8}$  S. Fr. 9.—,  $\frac{1}{16}$  S. Fr. 4.50;

für Anzeigen ausländ. Ursprungs:  $\frac{1}{1}$  Seite Mt. 72.—,  $\frac{1}{2}$  S. Mt. 36.—,  $\frac{1}{3}$  S. Mt. 24.—,  $\frac{1}{4}$  S. Mt. 18.—,  $\frac{1}{8}$  S. Mt. 9.—,  $\frac{1}{16}$  S. Mt. 4.50.

**Alleinige Anzeigenannahme:** Annoncen-Expedition Rudolf Mosse, Zürich, Basel, Bern, St. Gallen, Luzern, Schaffhausen, Berlin, Breslau, Dresden, Frankfurt a. M., Hamburg, Köln a. Rh., Leipzig, Magdeburg, München, Stuttgart, Wien.