

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 24 (1920-1921)  
**Heft:** 6  
  
**Rubrik:** [Impressum]

### **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:** 13.12.2025

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

schlossenem Raume so gut als irgend möglich auszugleichen und zu paralysieren. Das geschieht nun selbstverständlich nicht dadurch, daß er abends aus seiner Arbeitsstätte zur „jogenannten“ Erholung und zur Auffrischung seiner Lebensgeister eine jener Sineipen aufsucht, deren Lust durchschnittlich kaum besser ist, als jene, in der er tagsüber sich aufgehalten hat, um dort, wie man wohl sagt, bei einem Schoppen den Staub im Hals hinunter zu spülen. Nein — er gehe nach getaner Arbeit hinaus in Gottes freie Natur, in Felder und Wiesen, Wald und Berge, um auf wohlthuenden Spaziergängen oder in Ausübung eines gesunden, richtig dosierten Sportes seine, durch des Tages Arbeitsstaub mitgenommenen Atemungswerkzeuge zu reinigen, sein Blut durch vertiefte Atmung (Lungengymnastik) in freier Luft und den dadurch bedingten intensiveren Gaswechsel in den Lungen von den Schlacken der täglich in sich aufgenommenen Luftverunreinigungen zu befreien und zu entgiften — er wird in Bälde merken, wie wohl ihm dabei werden wird, wie erfrischt er sein wird und welchen Dienst er damit nicht nur sich selber, sondern auch der Familie, die ja immer unter der Beispielswirkung des einen oder andern ihrer Mitglieder steht, leisten wird.

(Fortsetzung folgt.)

## Bücherchau.

Auf goldenen Spuren. Der Schauplatz von Gottfried Kellers Novellen: „Die Leute von Seldwyla“ von Martin Held. Mit einer Ansicht und einer Karte. Zürich 1920. Friedrich Sommers Buchhandlung. Preis Fr. 3. Das Büchlein enthält fast lauter Selbstverständlichkeiten und erscheint uns überflüssig.

Kunst und Kunstpolitik in Bern. Eine Klarlegung von Ulrich Wilh. Zürcher. Verlag von W. Trösch, Olten, 1920. Ein ganz aufrichtiges Büchlein, das vielleicht auch anderswo als nur in Bern in mißliche „Kunstpolitik“ hineinzündet.

Es singt es Vögel abem Baum. 25 Lieder von Sophie Hämerli-Marti. Komponiert von Karl Heß. Buchschmuck von Rudolf Dürnwang. 2. Auflage. Verlag von Benno Schwabe & Co., Basel, 1920. Preis Fr. 6.

Der Schweizerische Nationalpark. Von Dr. S. Bruniez. Basel, Verlag von Benno Schwabe & Co. 320 Seiten mit 61 Abbildungen und einer Siegfriedkarte. Preis brosch. Fr. 15. Diese 3. Auflage ergänzt nicht nur verschiedene Abschnitte, sondern bringt eine vollständige Neubearbeitung des geologischen und botanischen Kapitels mit neuen Illustrationen von bewährten Künstlern. Der Schilderung wird auch der ohne naturwissenschaftliche Vorkenntnisse ausgerüstete Naturfreund unschwer folgen können. In die Beschreibung wurden nach sorgfältiger Sichtung volkswirtschaftliche, geschichtliche und sprachliche Notizen aufgenommen und manche Überlieferungen aus Sage und Aberglaube beigelegt, sodaß das Buch nun ein abgerundetes und erschöpfendes Ganzes bildet.

Redaktion: Dr. Ad. Vögtlin, in Zürich 7, Asylstr. 70. (Beiträge nur an diese Adresse!)

Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden.  
Druck und Expedition von Müller, Werder & Co., Wolfbachstr. 19, Zürich.

### Insertionspreise

für Schweiz. Anzeigen:  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 120.—,  $\frac{1}{2}$  S. Fr. 60.—,  $\frac{1}{3}$  S. Fr. 40.—  
 $\frac{1}{4}$  S. Fr. 30.—,  $\frac{1}{8}$  S. Fr. 15.—,  $\frac{1}{16}$  S. Fr. 7.50;

für Anzeigen ausl. Ursprungs:  $\frac{1}{4}$  Seite Fr. 150.—,  $\frac{1}{2}$  S. Fr. 75.—,  $\frac{1}{3}$  S. Fr. 50.—,  $\frac{1}{8}$  S. Fr. 37.50,  $\frac{1}{16}$  S. Fr. 18.75,  $\frac{1}{32}$  S. Fr. 9.40.

Alleinige Anzeigenannahme: Annoncen-Expedition Rudolf Mosse, Zürich, Basel, Aarau, Bern, Biel, Chur, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, St. Gallen.