

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 25 (1921-1922)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Fahrt mit dem Frühling  
**Autor:** Seelig, Carl  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-665851>

### **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:** 18.10.2025

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

nen beschäftigt. Über dreißig Patente auf Nähmaschinen, die aus jener Zeit stammen, geben von diesem Erfindungseifer Kenntnis. Abbildung 3 zeigt die Nähmaschine eines deutschen Erfinders aus dem Jahre 1835, die, nachdem sie für den praktischen Betrieb versagt hatte, öffentlich für Geld gezeigt wurde; ob sie die Schaulustigen mehr befriedigt hat, ist historisches Geheimnis geblieben. (Schluß folgt.)

### Fahrt mit dem Frühling.

Wie mich die sanften Lüfte heben,  
Als wäre ich ein Blatt, ein Wort...  
Verzückt trägt mich in frohem Schweben  
Der junge Frühling mit sich fort.

Wir fliegen über Dach und Türme,  
Die Bäume werden winzig klein,  
Schon sind wir höher als die Stürme  
Und können still und glücklich sein.

Aus unsern Händen regnen Sterne,  
Wir sind gleich Vögeln leicht beschwingt  
Und lauschen, wie in blauer Ferne  
Ein heitrer Gott vergnüglich singt.

Carl Seelig.

### Vom Essen und Trinken.

Von Dr. A. Z i m m e r m a n n, Zürich.

(Fortsetzung.)

#### II. Das Trinken.

Der Durst ist wie der Hunger der Ausdruck eines natürlichen Bedürfnisses und soll durch Trinken gestillt werden. Damit ist nun aber natürlich nicht gesagt, daß alles, was flüssig und in irgend einer Weise geeignet ist, den Durst zu stillen, zu diesem Zwecke herbeigezogen werden darf — unbedenklich und ungestraft herbeigezogen werden darf. Zwischen Getränk und Getränk ist ein großer Unterschied zu machen, sobald neben der bloßen Durststillung noch die Wahrung der körperlichen Gesundheit in Mitbetracht gezogen wird.

Bei dieser, doch in allererster Linie, in die Waagschale fallenden Betrachtungsweise der Flüssigkeitszufuhr zur Durststillung ist als fundamentaler Grundsatz aufzustellen: Das einzige zur Durststillung eigens gegebene Getränk, das der Mensch wirklich benötigt, ist — abgesehen von der Milch, dem Getränk und der Nahrung der ersten Lebenszeit — das Wasser. Alle andern Getränke, mögen sie heißen wie sie wollen, sind bloß Anregungs-, Reiz- und Genußmittel, dienen ausschließlich dem Wohlgeschmack, sind aber nicht notwendig.

Hinsichtlich des Quantums der Flüssigkeit, das ein erwachsener Mensch unter normalen Verhältnissen braucht, ist zu sagen, daß dasselbe für vier- und zwanzig Stunden etwa  $1\frac{1}{2}$ —2 Liter beträgt, ohne daß aber allgemein