Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

**Band:** 29 (1925-1926)

Heft: 9

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:** 18.10.2025

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

jam. Dann gebraucht man Sennesblätter=, St. Germain=, Faulbaumrinden=, Holztee. Durch= schnittlich nimmt man 10 bis 15 Gramm des Tees auf 150 bis 250 Gramm Wasser. Manche dieser Tees, zum Beispiel der Faulbaumrinden= tee, müssen stärker und länger gekocht werden. Der Wacholdertee wirkt mehr auf die Nieren= tätigkeit, alle diese Tees dürfen nur von Zeit zu Zeit getrunken werden. Man soll sich an ihren Gebrauch nicht gewöhnen. Viel läßt sich zur "Blutreinigung" durch eine geeignete Diät er= reichen. Man soll dann nicht zuviel Fleisch oder Fett, wenig Gewürz und Säuren, dagegen reich= lich Gemüse und Obst, keinen Alkohol, wenig Bohnenkaffee genießen, sich dagegen viel Bewegung im Freien machen und die Muskeln durch Turnen, Gymnastik und Sport üben, außerdem fleißig Waschungen, Abreibungen und Bäder anwenden. Die Tees können hin und wieder durch Bitterwasser, Karlsbader Salz und der= gleichen "abgelöst" werden. Es gibt auch beson= dere Kräuter= und Gemüsekuren zur Blutreini= gung. Soll diese durch den Darm erfolgen, so nimmt man besonders Tausendguldenkraut, Rhabarber, Kerbel, Waldmeister, Löwenzahn, Spinat, Spargel, Salat, während bei der Blutreinigung durch die Nieren hauptfächlich Sel= lerie, Peterfilie, Leinfamen, Spargel, Sauer= ampfer, Schwarzwurzel in Betracht kommen. Wer ganz sicher gehen will, möge sich "seine" Blutreinigungskur durch den Arzt vorschreiben lassen. Dr. Sch.

# Bom Bücher leihen.

Wenn es wahr ist, daß Bücher unsere Freunde sind, wie kommt es, daß wir sie so schlecht behandeln? Wie ist es möglich, daß wir sie verschachern, erborgen, verleihen?

In Amerifa hat sich eine Vereinigung von Bücherfreunden gebildet, die kein Buch leihen noch ausleihen wollen. — Mit einigem Nachsbenken wird man erkennen, wie sein die Kultur solcher Männer ist, die in ihrem Buch mehr ersblicken als etwas, das flüchtig wie eine Münze durch alle Hände geht. —

Wer die Bibliothek dieser Männer schaute, würde wohltuend berührt sein, wie sorgkältig behandelt und gepflegt ein jeder einzelne Band aussieht; er würde spüren, daß der Besitzer ein

persönliches Gefühl der Dankbarkeit mit dem Buche als einem Vermittler schöner, lehrreicher und nicht selten unersetzlicher Stunden versbindet.

Gewöhnlich lesen wir zu rasch und deshalb zu viel, wenn wir überhaupt uns zum Lesen Zeit nehmen. Gerade im hastigen Verschlingen der Lektüre liegt aber der Keim unseres Mangels verborgen. Denn hoch über dem Büchersfraß, der in allem gierig herumwühlt, steht der stille, bedachtsame Freund wertvoller Lektüre, der jährlich sein Dutzend Vücher wohlgebunden in den Schaft stellt, der sie in freien Stunden in die Hand nimmt und mit ihnen Zwiesprache pflegt.

Jede wahre Lektüre ist ein Gespräch zwischen dem Geist des Buches und des Lesers. Und nicht die schlechtesten Werke sind es, mit denen man in enger Freundschaft leben muß, bis sie einem das Beste und Schönste anvertrauen.

Wie soll aber einer, der ein Werk abgegriffen und beschmutzt aus den Schäften der Leihbibliothek reißt, dies erwarten können! So mansches gute, gedankenvolle Buch wird als leere Unterhaltungsware behandelt. Sine Unehre für den Verfasser, eine größere für den Leser.

Leihweises Biellesen führt zur Wahl= und Werständnislosigkeit. Nur dort wird man die seinen Köpfe antreffen, wo zwar verhältnis= mäßig wenig Bücher gelesen, aber alle gelesenen verstanden und geliebt werden. Es wird dies ein Volk von Bücherkäufern sein.

Soviel ist sicher: wenn ein Literaturberater einen wahrhaft erzieherischen Kat geben kann, so ist es dieser: "Kaufe deine Lektüre." Von selbst wird der Beratene vom Guten das Beste auszuwählen bestrebt sein, und unablässig wird sich im vertrauten Verkehr mit seiner Samm-lung der Geschmack verseinern.

## Bas ein erfahrener Schularat rat.

Warum schauen so viele Eltern nicht mehr und nicht gründlicher auch nach dem Eintritt ihrer Kinder in die Schule auf ihre gesunde Entwicklung? Feststellung von Wachstum und Gewicht, Prüfung und allfällige Mißbildungen 3. B. bei der Birbelfäule könnten viel Unheil im Keim ersticken!

Rebaktion: Dr. Ab. Bögtlin, Bürich, Ashlstr. 70. (Beiträge nur an biese Abresse!) Inverlangt eingesandten Beiträgen muß bas Rüchporto beigelegt werden. Druck und Expedition von Muller, Werder & Co., Wolfbachstraße 19, Zürich.

Insertionspreise für schweiz. Anzeigen: ½ Seite Fr. 160.—, ½ Seite Fr. 80.—, ¼ Seite Fr. 40.—, ⅓ Seite Fr. 20.—, ⅓ Seite Fr. 10.—, für ausländ. Ursprungs: ⅓ Seite Fr. 200.—, ⅓ Seite Fr. 100.—, ⅙ Seite Fr. 50.—, ⅙ Seite Fr. 25—., ⅓ Seite Fr. 12.50.

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