**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

**Band:** 33 (1929-1930)

**Heft:** 13

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:** 18.10.2025

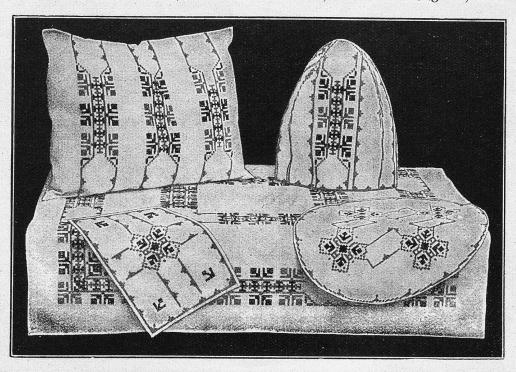
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

### Weibliche Sandarbeiten.

Kiffen, Kaffeewärmer, Theedecken und diverse Sachen werden auf weißem Aidastoff in Kreuz-stich gearbeitet.

Die Teedecke kann nach beliebigem Maß gemacht werden, da das Muster sich stets wiederholt. Das Muster wird in Coton Perlé H. C. Nr. 5, in den Farben gelb (Nr. 495) und schwarz (Nr. 408) ausgeführt. Der Stoff ist 170 cm breit und kostet Fr. 12.—, das Muster Fr. 2.— und das Garn Fr. —.35 pro Strange.

Zu beziehen vom Handarbeitsgeschäft E. Gutknecht, Talacker 11, Zürich 1.



# Aerzilicher Ratgeber.

Gefahren der Rohfoft.

Die Rohkoft ist Mode geworden. Sie wird für Gesunde und Kranke empfohlen und angewendet, und es wird nicht bedacht, daß durch den unvernünftigen Genuß auch Schaden entstehen kann. Dr. Weiß in Bad Schirke i. Harz warnt daher vor einer allzu außgiebigen und weitherzigen Verwendung der Rohkost.

über den Wert der Rohkost als allgemeines Nahrungsmittel lauten die Ansichten einstimmig ablehnend, wobei nicht nur der hohe Preis der Rohkosternährung, sondern auch die Kalorienarmut und die Einförmigkeit der Koft mit= sprechen. Bei Kranken sieht man durch den Gebrauch der Rohkostdiät nicht so selten Schädi= gungen. Diese betreffen hauptsächlich den Darm, weil die Rohkost eine Grobkost ist und der Reiz dieser von vielen Patienten mit empfindlichem Darm nicht vertragen und bald zu Verdau= ungsstörungen führt. Auch leiden viele Berzfranke unter der Rohkost, bei welchen die durch die Rohkost hervorgerufenen Blähungen durch den Zwerchfellhochstand sogar zu Atemnot führen fönnen.

## Bücherschau.

Berena Conzett: Erlebtes und Erstrebtes. Erinnerungen einer werktätigen Frau. Fr. 11.30. Berlag Grethlein u. Co., Zürich und Leipzig.

Eine der bekannten Schweizer Borkämpferinnen für die soziale Bewegung schildert in diesen Erinnerungen in liebevoller Kleinmalerei ihren allmählichen mühevollen Aufstieg von kleinsten Anfängen
her über härteste Entbehrungen und Kämpfe in der Jugend dis zur Verklärung eines gesegneten Alters. Im Schatten der Armut aufgewachsen, entwickelt sich
sichon im Kinde in der Sorge um die Familie ein
starkes Verantwortungsgefühl. Die politischen Erinnerungen bilden einen äußerst interessanten Teil
des Lebensbuches. Auch in den geschäftlichen Unternehmungen ihres Gatten war sie ihm eine treue Filse. Aber das Schicksal holte zu härtestem Schlage
aus. Ihren Gatten und ihren Kindern zu Ehren
hat Verena Conzett ihr Lebensbuch geschrieben; ihr
vordildlich tapseres, siegreiches Wesen leuchtet darin.
Bücher dieser Art haben einen besonderen Wert und
eine Kraft, die ausstrahlt über des eigenen Lebens
Grenzen.

Das Lieblingsbuch der Schweizer Jugend: Der Peftalozzi-Kalender. Zwei Teile und Ausgaben für Schüler und Schülerinnen. Preis Fr. 2.90. Verlag Kaiser u. Co. A.-G., Bern.

Der 23. Jahrgang des Pestalozzi-Kalenders bringt des Neuen die Fülle und weist doch wiederum alle die Borzüge auf, welche dieses Jahrbuch der Jugend seit je auszeichnen und seine unerschütterliche Beliebtheit begründet haben.