**Zeitschrift:** Appenzeller Kalender

**Band:** 158 (1879)

**Artikel:** Was sollen wir mit unsern Töchtern thun?

Autor: [s.n.]

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-373753

### 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: 23.10.2025** 

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

Gefundheit ganz entbehren. Viel Salzgenuß kann eine ganze Reihe von Erkrankungen nach

sich ziehen.

Wie mit dem Salze, ist's auch mit dem Essig. Auch dieser ift mehr Gewohnheitsbedürfniß und für den Ernährungshaushalt sehr wohl ent= behrlich. Zu reichlich und zu oft genossen, zerstört er gar leicht die Gesundheit, erzeugt Bleichsucht und Blutarmuth und ift aus diesem Grunde allen sonst schon zu diesen Krankheiten Geneigten sehr gefährlich.

Aehnlich wie mit dem Salz und Effig ist's mit allen übrigen unserer Küchengewürze. Vor vier Jahrhunderten kannte man sie noch gar nicht in Deutschland und der Schweiz. Sie sind ohne allen gesundheitlichen Vortheil, leicht ent= behrlich und Vielen nur Gewohnheitsbedürfniß,

mehr nicht.

Giserne Roch= und Eggeschirre wären theils ihrer Billigkeit und theils ihrer Ungefährlichkeit wegen am Geeignetsten für den Rüchenhaushalt; doch da das Eisen sehr leicht rostet und in selbst milben Säuren, wie Effig und Obstfäuren schon löslich ift und also den Gerichten sehr bald fremde Farbe und fremden Geschmack mittheilt, finden derlei Roch= und Efgeräthe nur sehr beschränkte Verwendung.

Gußeiserne emaillirte Geschirre werden ge= fährlich durch den Emailüberzug. Aller Email ift ftark bleihaltig; Blei aber ift durch ver= schiedene irgend säuernde Speisen sehr leicht löslich und solche Geschirre daher immer be: denklich und nur mit äußerster Vorsicht zu verwenden. Fast alle Speisen säuern, sobald sie erkalten; man laffe also Speisen nie in Email= geschirren erkalten ober erkaltet darin stehen.

Gleiches gilt von glafirten irdenen Geschirren. Auch alle Glasur ist bleihaltig und daher von fäuernden und fauren Speisen leicht löslich und diese vergiftend. Messing= und Kupferpfannen sind immer bedenkliche Geschirre in der Rüche. Sauberkeit und Vorsicht können bei ihrer Ver= wendung nicht weit genug getrieben werden.

Selbst die Milch, unser mildestes Nährmittel, fäuert, sobald sie nicht rasch vom Euter weg verwendet wird, sehr bald und vermag, wenn auch nur in geringstem Grade, lösend auf

Rupfer zu wirken!

Die Verzinnung unserer Kupfergeschirre beugt,

wenn fleißig gehandhabt, mancherlei Rupfer= vergiftung vor, führt aber leicht zu Täuschun= gen, wenn sie nicht häufig erneuert wird. Ueber= dies kommt im Handel sehr selten ganz reines Zinn vor; es enthält immer etwas Blei, und viele gewinnsüchtige Verzinner verzinnen mit stark bleihaltigem Zinn! Aber selbst auch das reine Zinn ift in manchen Speisen löslich und durchaus nicht ein so ganz unschuldiges Metall; auch die Zinnsalze gehören zu den Giften!

Man wähne nun aber am Ende nicht, daß man sich gleichwohl leicht vor Vergiftungen schützen könne, wenn man große Vorsicht übt. Nun ja, vor jähen, plötslich tödtenden, mög= licherweise wohl, aber vor den langfam schlei= chenden nicht so leicht. Ueberhaupt entstehen die meisten Erkrankungen der Menschen nicht rasch, von heut auf morgen, sie kommen nicht, wie vom himmel urplötlich als Strafe geschickt über den Menschen, sondern wohlbegründet in der Menschen alltäglichem, allstündlichem ge= sundheitlichen Thun und Lassen schleichen sie sich langsam im Laufe ber Jahre, ber Jahr= zehende in den Menschenleib ein und richten dort, gar nicht vermerkt oder doch nicht verstan= ben in ihrer Bedeutung, Verwüftungen an, die nun endlich wie auf einmal als tödtliche ober unheilbare Krankheiten ausbrechen. So lehrte schon der Altvater der Medizin, Hippokrates, vor mehr als zweitausend Jahren. Möchten doch unsere Frauen dieser Lehre bei ber Kührung ihres Küchenhaushalts stets eingebent sein und den letteren mit der peinlichsten Sorgfalt und Reinlich= feit überwachen!

## Was follen wir mit unsern Töchtern thun?

Ein amerikanisches Blatt gibt barauf fol= gende treffliche Antwort: Gebt ihnen eine or= dentliche Schulbildung. Lehrt sie ein nahrhaftes Effen tochen. Lehrt sie waschen, bügeln, Strumpfe stopfen, Knöpfe annähen, ihre eigenen Kleider machen und ein ordentliches Hemb. Lehrt sie backen und sagt ihnen, daß eine gute Rüche viel an der Apotheke spart. Lehrt sie, daß ein Dollar 100 Cents werth ift, daß nur Derjenige spart, der weniger ausgibt, als er einnimmt,

und daß Alle, die mehr ausgeben, verarmen müssen. Lehrt sie, daß ein bezahltes Kattunstleid besser kleidet, als ein seidenes, wenn man Schulden hat. Lehrt sie, daß ein rundes, volles Gesicht mehr werth ist, als fünfzig schwindsüchtige Schönheiten. Lehrt sie gute starke Schuhe tragen. Lehrt sie gute Einkäuse machen und ausrechnen, ob die Rechnung auch stimmt. Lehrt sie einsachen, gesunden Menschenverstand, Selbstwertrauen, Selbsthülse und Arbeitsamkeit. Bringt ihnen Freude an den Schönheiten der Natur bei. Lehrt sie, wenn ihr Geld dazu habt, auch Musik, Malerei und alle Künste, bedenkt

aber immer, daß es Nebensachen sind. Lehrt sie, daß Spaziergänge besser sind als Spaziersfahrten, und daß auch die wilden Blumen gar schön sind für den, der sie ausmerksam betrachtet. Lehrt sie allen bloßen Schein verachten und daß, wenn man Nein oder Ja sagt, man es auch wirklich so meinen soll. Lehrt sie, daß das Glück in der Ghe nicht von dem Golde des Wannes abhängt, sondern allein von seinem Charakter. Habt ihr ihnen daß beigebracht und sie haben's verstanden, dann laßt sie, wenn die Zeit gekommen ist, getrost heirathen; sie werden ihren Weg dann schon allein sinden!

# Gine Vergleichung, oder: Weiber und Holzäpfel.



Ein Appenzeller war zum drittenmal verheis rathet. Als ihm auch die dritte Frau gestorben war, wurde er von einem Bestannten befragt, welche von den drei Frauen die Beste gewesen sei? — Er gab zur Antwort: "Nemm gad drei Holzschfel, biiß en Jederesnsah, ond denn säg mer, weles der best gsp sei — grad e so isch







es mer met de Wiibere g'gange."

Rebenstehend führen wir dem Leser den Appenzeller Wittwer mit seinen drei Weibern in getreuen Absbildungen vor, und überslaffen es dem Scharfsinn des Lesers, daszenige hersauszusinden, welches am meisten den Charakter eines Holzapfels mag gehabt haben.