Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis

Band: 15 (1893)

Heft: 47

Heft

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: 10.07.2025

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

Nr. 47. 1893.

Schweizer Frauen-Zeitung.

Fünfzehnter Jahrgang.

Organ für die Interessen der Frauenwelt.

Abonnement.
Bei Franko-Zustellung per Post:
Jährlich . . . . . Fr. 6. —
Halbjährlich . . . . . „ 3. —
Ausland franko per Jahr „ 8. 30

Alle Postämter und Buchhandlungen nehmen Bestellungen entgegen.

Redaktion, Expedition, Verlag:
Frau Elise Honegger.

Bureau:
Winkelriedstraße 31
Telltreppe.

St. Gallen

Motto: Immer strebe zum Ganzen, und kannst du selber kein Ganzes Werden, als dienendes Glied schließ an ein Ganzes dich an!

Insertionspreis.
Per einfache Petitzeile:
20 Cts. für die Schweiz.
20 Pf. für das Ausland.
Jahres-Annoncen mit Rabatt.

Ausgabe:
„Die Schweizer Frauen-Zeitung" erscheint auf jeden Sonntag.

Gratis-Beilagen:
„Für die Kleine Welt" (erscheint am 1. Sonntag jeden Monats).
„Koch- & Haushaltungsschule" (erscheint am 3. Sonntag jeden Monats).

Sonntag, 19. Novbr.

Inhalt: Frauenrechte. — Zur Notwendigkeit der Errichtung von Kinderpflegerinnenschulen zur Verhütung der Ansteckung mit Tuberkulose. — Wie gefällt dir meine Frau? — Weibliche Fortbildung. — Was Frauen thun. Richters Anker-Steinbaukasten. — Sprechsaal. — Feuilleton: Künstler-Blut.
Beilage: Briefkasten. — Inserate.

Frauenrechte.

Der Frauen Rechte! Willst du diese kennen?
Laß Liebe, Arbeit und Gebet dir nennen.
Das ist ihr Recht! mit dem, der weint, zu trauern,
Wo andre schlafen, wachend auszudauern;
Ihr Recht: zu trocknen stillen Kummers Zähren
Und künft'ger Stürme Zeichen zu beschwören,
Die Stirn zu glätten, die von Sorge kündet,
Und Trost zu flüstern, wo die Hoffnung schwindet.
Ihr Recht: den letzten Seufzer zu belauschen,
Des Sterbelagers Angst an Freudigkeit zu tauschen.
Das ist ihr Recht: wenn uns ein Wunsch versagt,
Zu deuten, wo ein besserer Morgen tagt,
Ein nicht'ges Dasein ohne Ziel und That
Zu rufen auf der Pflichten schmalen Pfad,
Das ist ihr Recht: zu streuen Trost und Segen
Auf des verlassnen Kindes Dornenwegen,
Mit ernster Liebe und mit zarten Sorgen,
Gestaltend seiner Jugend goldnen Morgen.
Das ist ihr Recht: des Geistes rege Schwingen
Nach edlerm, feinerm Ziele hinzubringen,
Daß er, erhaben über das Gemeine,
Voll hohen Sinn's mit Gottesgeist sich eine;
Ihr Recht: das Erdenleben zu verschönen
Mit sanftem Lächeln und mit zarten Tönen.
Sind das der Frauen Rechte? Nehmt sie hin,
Auf Wucher hin, zu doppeltem Gewinn!
Sind das die Rechte alle? Bist du klug,
So hast du ihrer reichlich und genug.
Vorrechte auch sind diese Rechte bloß!
So murre nicht, daß Frauenlos dein Los.

Zur Notwendigkeit der Errichtung von Kinderpflegerinnenschulen zur Verhütung der Ansteckung mit Tuberkulose.

(Schluß.)

Glücklicherweise liegen die Verhältnisse im gewöhnlichen Leben weit günstiger. Bei weitem nicht jeder, der den Keim der Krankheit in sich trägt, erkrankt an der Schwindsucht. Die meisten von ihnen haben eben das Glück, daß ihnen die Neigung zur Erkrankung fern bleibt.

Was zu tun und was zu lassen ist, um gegen diese verhängnisvolle Neigung zu wirken, habe ich schon in einem frühern Aufsatz dargelegt, von dem ich mir erlaube, der verehrlichen Redaktion einen Abdruck zu senden. Unter die dort genannten Schutzmaßregeln gehört natürlich noch die Errichtung von Kinderpflegerinnenschulen, die damals noch nicht aufgeführt worden ist.

Sie haben also ganz recht, wenn Sie in der Vernachlässigung der allgemeinen Gesundheitspflege der Kinder eine Ursache der Tuberkulose suchen. Aber gegen eine so eingefleischte Krankheit genügt das nicht, wenn man einigen Erfolg erhoffen will. Es gibt eben im Kampf ums Dasein eine Menge Ursachen, die die Neigung zur Erkrankung ganz unvermeidlich im Gefolge haben. Tragen solche ermattete Kämpfer im Leben den Keim nicht in sich, so erliegen sie der Krankheit nicht, sondern überwinden die Schwäche bis auf bessere Zeiten.

Unser Bestreben, die Vorbeugungsmaßregeln gegen die Schwindsucht zu vervielfältigen, muß also noch ganz besonders auf die Bewahrung vor der Ansteckung gerichtet sein.

Vom Standpunkt der Frau und Mutter wird meine Forderung, es dürfe das Kind beim Laufenlernen nie am Boden herumkriechen u. s. w., nicht nur als undurchführbar, sondern gerade als dazu angetan bezeichnet, die natürliche und gesunde Entwicklung des kindlichen Körpers und Geistes zu beeinträchtigen. In dieser Beziehung bin ich gern zu einem Zugeständnis bereit, aber nur unter folgenden Bedingungen.

Die Japaner haben weder Tische noch Stühle noch Bettstellen, sie leben in ihrer Häuslichkeit auf dem mit Matten bedeckten Fußboden hockend, sie essen, arbeiten und schlafen da und kommen mit ihm in ebenso nahe Berührung wie unsere Kinder im zweiten Lebensjahr beim Laufenlernen. Aber es besteht ein sehr wesentlicher Unterschied zwischen unseren Kinderzimmern und den japanischen Wohnräumen. Jeder, der über japanische Verhältnisse nach eigener Anschauung geschrieben hat, rühmt die peinliche Sauberkeit der Zimmer und der Matten. Der Japane betritt nie die Wohnräume mit der Fußbekleidung, die er auf der Straße anhatte, dieselbe wird unmittelbar nach dem Eintritt ins Haus stets gewechselt.

Wenn also für eine solche japanische Sauberkeit unserer Kinderzimmer gesorgt würde, so wäre gegen das Herumkriechenlassen auch unserer kommenden Geschlechter nichts einzuwenden. Wäre unter uns Europäern das ehrfurchtsvolle Grüßen in der japanischen Art durch vollständiges sich auf den Boden werfen üblich, so wäre diese Sauberkeit des Fußbodens zweifellos auch für uns europäische Erwachsene längst ein selbstverständliches Bedürfnis. Für unsere Kinder sollte man sie aber nicht für nötig halten, wenn sie sich auch noch so sehr am Boden herumwälzen und nicht nur die Hände und Kleider, sondern naturgemäß auch das Gesicht voll Schmutz bekommen?

Da aber nach Pierre Loti dem in ein japanisches Haus eintretenden Europäer nicht nur die Fußbekleidung ausgezogen, sondern auch der untere Teil der Beinkleider vom daran haftenden Straßenschmutz gesäubert wird, um die Sauberkeit des Fußbodens zu verbürgen, so muß auch für unsere Kinderzimmer, außer dem sorgfältigsten täglichen Reinigen derselben, noch folgendes gefordert werden:

Jedermann, der dieselben betreten will, muß vorher das Schuhwerk mit völlig sauberm vertauschen und weder die Mutter noch sonst jemand vom weiblichen Personal darf das Kinderzimmer mit einem Schleppkleid betreten. Sollte es der Mode gemäß nicht ohne Schleppe abgehen, so müßte das Kleid unweigerlich vor Eintritt in das Kinderzimmer ebenfalls gewechselt werden.

Zum Schluß möchte ich Ihnen noch mitteilen, was die „Aerztliche Rundschau" in ihrer Nr. 34 bei einer Besprechung meines Vortrags zuletzt bemerkt:

„Volland glaubt, daß durch Errichtung von Schulen für Kinderpflege sich unter dem weiblichen Geschlecht ein erhöhtes Verständnis für die hygieinischen Erfordernisse der Kinderpflege entwickeln werde

und befürwortet deshalb dringend die Errichtung solcher Anstalten, ein Streben, welches seinem guten Herzen alle Ehre macht, das aber bei demjenigen Teile der Weiblichkeit, der sich nach selbständigem Erwerb umsieht, kein Entgegenkommen finden dürfte, weil leider diese Damen gerade durch vieles Lernen so „nervös" werden, daß sie für Kinderpflege kein Verständnis, vor allen Dingen auch keine Lust und Liebe mehr besitzen." Ich brauche ihnen wohl kaum zu sagen, daß ich diese schlimme Anschauung des Herrn Kollegen nicht teile. Wenn dies richtig wäre, so müßte man allerdings zur Ausbildung von Kinderpflegerinnen im wesentlichen auf die von der Schule entlassenen und zu einem Dienst gezwungenen Mädchen zurückgreifen. Die Ausbildung müßte dann eben möglichst unentgeltlich sein. Dr. Volland (Davos-Dörfli).

Wie gefällt Dir meine Frau?

(Schluß.)

Gern gestehe ich ein, daß ich keine so schön aufgeräumte Zimmer hatte, wie Deine Toni, denn wenn die Kinder zu Hause waren, da hatte ich sie stets bei mir im Wohnzimmer, wo Sophas und Teppiche mit ihrem Spielzeug belegt waren, und hatte ich sie nicht zu Haus, so benutzte ich die mir gewordene freie Zeit zu einer geistigen Vertiefung und Erholung. Ich las gute Bücher, studierte, wie man in körperlicher und geistiger Hinsicht Menschen bildet, wie man rationell wirtschaftet, wie man genießt, ohne zu verschwenden, wie man spart, ohne zu entbehren. Wohl möglich, daß da manchmal — denn ich habe gar kein Talent, wie Du weißt, zum Wirtschaftsteufel — ein Thürschloß nicht ganz blank, ein Fenster nicht ganz zweifelsohne war, aber das genierte mich nicht. Nicht um die Welt hätte ich mein Mädchen einer häuslichen Arbeit wegen, die hernach gethan werden konnte, zurückgehalten, wenn es hieß die Kinder hinausführen, solange die Sonne schien oder die Luft schön war. Und Du weißt, ich hatte jahrelang nur ein Dienstmädchen, das aber pünktlich angehalten war, seine Pflicht zu thun; vormittags, wenn sie in der Küche zu thun hatte, beaufsichtigte des Hausmeisters Tochter die Kinder im Garten, nachmittags um drei Uhr mußte die Küche aber fertig sein, mußten die Kinder hinausgeführt werden. Das erzählte ich gar oft Deiner Toni, das hält sie aber für rein unmöglich. — Indes sie hat den guten Willen, den Ihrigen reell zu nützen; es wird schon mit der Zeit werden, — nur laßt mir inzwischen die Kinder nicht darunter leiden.

Daß Du ein wenig tief, tiefer als Du bei Eingehung der Ehe dachtest, in den Beutel fassen mußt, will ich Dir gern glauben.

Wirtschaften und wirtschaften ist zweierlei: Ich sah z. B. bei Euch, selbst wenn Ihr kaltes Nachtmahl hattet, die große Küchenmaschine bis zehn Uhr geheizt. Ja weshalb?

„Wir haben," sagte mir das Kindermädchen mit großer Wichtigkeit, „Hemdchen, Kleidchen, Schürzchen zu bügeln — zu waschen ꝛc." — „Ja, warum richtet Ihr es Euch dann nicht so ein, daß Ihr diesen Kleinkram besorgt, während früh der Kaffee und von zehn Uhr ab das Essen gekocht wird? Könnt Ihr da das Feuer nicht benutzen, um Eure Bügeleisen glühend zu machen?" Sie sah mich verdutzt an. „Ja vormittags? Da gibt es so viel anderes zu thun!" „Was z. B.?" Fenster putzen, Thüren reinigen, seifen, Schlösser abreiben, Lampen reinigen ꝛc." „Und könnt Ihr das nicht nachmittags thun und vormittags das Herdfeuer benutzen?" Sie verneinte. — Siehst Du, lieber Bruder, das scheint Dir kleinlich, aber rechne nach, was Du ersparen würdest, wenn Euer Kohlenverbrauch sich auf die Hälfte reduzierte, so wird eine ganz beträchliche Summe herauskommen. Und schließlich, Du bist ja kein reicher Mann, willst dasjenige, was Du erworben hast, festhalten, mußt Dich jahrein, jahraus viele Monate unterwegs, fern den Deinen und jeder Gemütlichkeit, plagen, um das, was das Haus braucht, herzuschaffen; solltest Du da von Deiner Frau nicht verlangen können, daß sie mit Deinem mühsam erworbenen Gelde vorsichtig und sparsam wirtschaftet?

Und noch eines! Sorge, daß Deine Frau gute Bücher, Zeitschriften ꝛc. liest, die sie über die Zeit bewegende Fragen aufklären. Sie ist in ihrer Vielgeschäftigkeit auf dem besten Wege, sich geistig zu verflachen. — Das, was die Mädchen heute in der Schule lernen, ist nur die Grundlage; auf dieser muß eine Frau, die nicht hinter der großen Aufgabe, die unsere Zeit stellt, zurückbleiben will, weiter bauen. Gib ihr Bücher über Wirtschafts- und Warenkunde, Gesundheitspflege, Kindererziehung an die Hand. Das ist wichtig, wichtiger, als Du glaubst! — Ich sah Deine Frau, so lange ich bei Euch war, nie mit einer Zeitung oder einem Buch beschäftigt. Offenbar ist sie eine gebildete Frau, aber wird sie es in zehn Jahren noch sein, wenn sie sich verflacht, wird sie dann noch befähigt sein, ihren heranwachsenden Kindern nützen zu können? Sage mir nicht, daß das Haus sie zu sehr in Anspruch nehme; es kommt alles auf die Einteilung an. Toni meint, sie selbst müsse Strümpfe stopfen, Wäsche legen ꝛc., weit gefehlt. — In einer kleinen Wirtschaft, die zwei Mädchen besoldet, können solche Arbeiten von den Dienstboten gemacht werden. Es genügt, daß die Frau die Arbeiten anordnet, überwacht; die Zeit, die sie durch rechte Einteilung erübrigt, zu ihrer geistigen Vervollkommnung verwendet, wird dereinst den Kindern, wenn sie in der Mutter die geistige Führerin auf dem Lebenswege sehen wollen, zu statten kommen. Und nicht nur dereinst den Kindern, auch schon heute Dir, lieber Bruder. — Ich weiß, Du willst, wenn Du abends heimkommst, eine anregende Unterhaltung führen, willst, daß Deine Frau Verständnis für die die Welt bewegenden Fragen habe, Dir nicht nur vom Einkauf in der Markthalle und den sechs Paar heut gestopften Strümpfen erzähle, die ohne ihre rettende Hand hätten durch neue ersetzt werden müssen. — Deine Frau hat ja eine gute Vorbildung genossen, sie wird Dir in allen Fragen folgen können, wenn Du sie vor Verflachung bewahrst. — Verflachung ist der geistige Tod, der schon so manches Eheglück gestört hat.

Ob Du mich verstanden? Mir nicht gar grollen wirst, daß ich so schonungslos gegen Deine sonst reizende, herzensgute Frau zu Felde gezogen? Nun, selbst bei Verlust Eurer Freundschaft, ich mußte die Wahrheit sager, hoffend, daß sie Euch, Euren Kindern und Eurem Geldbeutel zu gute kommen. — Toni wird mir, der alles Besserwisserin, wohl gar gram sein, aber da ich etliche Jahrzehnte länger als sie wirtschafte, darf sie auch meiner Praxis vertrauen. Meine Beobachtungen scheinen ihr vielleicht kleinlich, sie sind es aber nicht. Täglich den Kindern zwei Stunden mehr Luft gegönnt, macht im Jahr mehr als 700 Stunden, täglich zwei Stunden weniger Feuerungskosten, beträgt schon soviel, daß man im Sommer etliche Wochen auf dem Lande wohnen kann, und täglich zwei Stunden geistige Erholung, bringt eine Summe von Wissen und Schaffensfreudigkeit, die nicht mit Geld zu bezahlen ist. Also meine Lieben, verzeiht einer alten praktischen Hausfrau ein vielleicht verletzendes aber wohlgemeintes Wort und behaltet lieb Eure treue Schwester.

Ida Barber.

Weibliche Fortbildung.

Der Gemeinderat der Stadt Bern hat am Mittwoch anläßlich eines bezüglichen Gesuches grundsätzlich beschlossen, es sei auch den Mädchen der Zutritt zum städtischen Gymnasium zu gestatten.

Im Genfer Großen Rate legte Favon das Projekt einer Schule für weltliche Krankenwärter und Wärterinnen vor, welche dem Departement des Unterrichts unterstellt sein soll. Die Unterweisung, theoretische wie praktische, hätte am Kantonsspital zu erfolgen.

An der Heidelberger Universität werden jetzt auch weibliche Studenten zur philosophischen Doktorpromotion zugelassen.

Der regen Initiative des in Sache der weiblichen Fortbildung unermüdlichen Herrn Prof. Gunzinger in Solothurn zufolge, sind nun auch für die Gemeinden Derendingen, Zuchwil und Luterbach, event. auch für Deitingen und Subingen Haushaltungsschulen in Angriff genommen. Die nötigen Mittel sollen vom Staat, den betreffenden Gemeinden und einem erst zu gründenden Kreisfrauenverein beschafft werden, mit zu erhoffender Unterstützung der Bundeskasse.

Eine Bildhauerakademie für Damen ist in Berlin ins Leben gerufen worden. Direktor der Anstalt ist Bildhauer Jahn, der sich durch sein Schneckenburger Denkmal in Tuttlingen in weitern Kreisen einen Namen gemacht hat.

Was Frauen thun.

An der 17. Generalversammlung des Allgem. deutschen Frauenvereins in Nürnberg sprach Frau Professor Mathilde Weber aus Tübingen über das Thema: „Auf welche Weise läßt sich eine größere Beteiligung gebildeter Frauen und Mädchen an dem Berufe der Krankenpflegerin und Diakonissin ermöglichen?" Sie betonte, wie man vielfach den Frauenvereinen den Vorwurf mache, daß sie bei dem Bemühen, für die gebildeten Mädchen weitere und ersprießlichere Arbeitsgebiete zu gewinnen, nicht eifriger den Pflegerinnenberuf empfehlen; deshalb wage sie es, als Vorstandsmitglied dieses Vereins, über einzelne der Erschwerungen zu sprechen, vor deren Beseitigung man nicht recht wohl mit freudigem Herzen die Töchter und Schützlinge zu diesem Berufe ermuntern könne. Das Bedürfnis nach viel mehr Krankenpflegerinnen tritt allerdings immer fühlbarer hervor, seit durch die obligatorische Krankenversicherung immer mehr Arbeiter in den öffentlichen Krankenhäusern verpflegt werden. Aus zwei Gründen scheine es den Fernerstehenden unbegreiflich, daß trotz des wiederholten Aufrufes um mehr Pflegerinnen dem Mangel immer noch nicht abgeholfen sei, da doch erstens auf allen anderen weiblichen Arbeitsgebieten eine erschreckende Ueberfüllung herrsche, so daß oft z. B. auf eine Stütze der Hausfrau sich 60—80 Mädchen melden, während zweitens viele der berühmtesten ärztlichen Schriftsteller den Pflegerinnenberuf aufs wärmste rühmen und hochstellen und als größte Notwendigkeit zur Hülfe des Arztes empfehlen; denn selbst der beste Arzt könne nicht für eine Genesung seines Patienten einstehen, wenn nicht in seiner Abwesenheit eine gebildete, umsichtige, rationell und wissenschaftlich geschulte Pflegerin den Kranken überwache. Was also sind es für dunkle Punkte, fragt man immer lebhafter, daß von den etwa 3½ Millionen arbeitsuchenden deutschen Mädchen nur etwa 10,000 Diakonissen und ungefähr ebensoviele weltliche Pflegerinnen und 20,000 barmherzige Schwestern sich diesem segensvollen Berufe zugewendet haben? Die Furcht vor der Pflegearbeit selbst ist es nicht, das könne man zur Ehre des weiblichen Geschlechtes auf das bestimmteste versichern, seien doch die größere Hälfte der Frauen ausgezeichnete Pflegerinnen an den Krankenbetten der Angehörigen. „Warum spricht man nicht über diese Punkte?" schreibt die Schwester einer durch Ueberbürdung in diesem Berufe gesundheitlich ruinierten Diakonissin. Schäden kann man nur heilen, wenn man sie kennt! Dadurch würden dieselben wenigstens bei denjenigen Neugründungen von Pflegerinnenschulen und Anstalten vermieden, welche zu errichten in nächster Zeit für den Staat und die Gemeinden eine unumgängliche Notwendigkeit werden wird als Ergänzung der seitherigen Privatorganisationen, um wenigstens in ihren eigenen Krankenhäusern durch eine mildere Grundlage dem Mangel an Pflegerinnen abzuhelfen. Dazu gehört, schreibt eine gebildete Diakonissin, daß bei dem Bau neuer wundervoller Spitäler auch mehr daran gedacht wird, daß eine genügende Anzahl genügend besoldeter und genügend berücksichtigter Pflegerinnen hineingehört; und damit nicht die Kraft der geschulten Pflegerin gebrochen wird durch die nicht zum Pflegerinnenberuf gehörenden groben Arbeiten des Waschens, Bodenputzens u. s. w., müssen dafür extra bezahlte Kräfte beigezogen werden. Denn die vielen Ausnahmedienste, die nicht in den Statuten stehen, die zu vielen Nachtwachen, die unnötigen, oft grausamen heiligen Gebräuche, nur um der Askese selbst willen auferlegt durch einseitige, schroffe, fast mittelalterliche Kirchlichkeit mancher Oberinnen und geistlichen Leiter der Mutterhäuser, tragen die Schuld, daß eine Diakonissin meist nach 6—8jähriger Arbeit nicht mehr weiter pflegen kann. Diese und ähnliche Klagen wiederholen sich aus allen deutschen Landen, namentlich wird vielfach über das verletzende Benehmen junger Assistenzärzte geklagt. So schreibt z. B. eine Mutter von drei gebildeten Pflegerinnen: „Die Aerzte wünschen wohl gebildete Pflegerinnen, aber manche der jüngeren haben sich gegen dieselben einen unerträglichen Ton angewöhnt; kein General würde seinen Adjutanten so brutal anfahren, mancher Unteroffizier selbst nicht seine Rekruten." Als weiterer Uebelstand wird die lange Arbeitszeit gerügt; während man um den 8stündigen Arbeitstag für den kräftigsten Handwerker wirbt, muß die Pflegerin von früh 5—6 Uhr bis abends 9—10 Uhr thätig sein und dann schließt sich oft noch eine Nachtwache an, ohne darauffolgende Tagesruhe. Die einzige Stunde Mittagsruhe benützen darum die ermüdeten Schwestern, statt zu einem Spaziergang in frischer Luft oder zu geistiger Erholung, meist zum Schlafen. Auch sind Ruhetage selten, meist keine Erholungsstätten vorhanden und Urlaube werden häufig nur alle zwei Jahre gewährt. Ein weiteres Hindernis zum Eintritt in manche Verbände ist die unbezahlte Freiwilligkeit. Viele können neben dem Dienen um himmlischen Lohn den irdischen auch nicht entbehren, um Familienangehörige zu unterstützen. Jeder Arbeiter ist seines Lohnes wert. Nimmt doch der Minister sein Gehalt wie der Fabrikarbeiter, warum soll hier allein die Unbezahltheit notwendig sein für die Würde des Berufes? Trotz all dieser Schattenseiten kommt die Rednerin schließlich doch zu dem Resultat, zu werben für diesen Beruf, gegründet auf das herrliche Bibelwort: „Und ist das Leben köstlich gewesen, so ist es Mühe und Arbeit gewesen." Müßiggang macht viel unglücklicher als die schwerste,

schwierigste Arbeit; aber fast ebenso unbefriedigt lassen die zu vielen Luxusarbeiten, mit welchen fleißige Töchter im Hause des Reichtums alles Denkbare und Undenkbare überhäkeln, übersticken, übermalen, beizen, brennen und modellieren, weil ihnen durch gesellschaftliche Vorurteile und Sitte manche andere ersprießliche Arbeit verschlossen ist. Deshalb möchte man diesen vielen arbeitsfreudigen Mädchen zurufen: „Kommt, hier begehrt man Eure Arbeit, hier setzt Eure Kraft ein, zum Wohle unglücklicher und verzweifelter Nebenmenschen!" Hier ist Frauenhülfe unentbehrlich, erklären nicht nur die Aerzte, sondern auch die Volksfreunde und Geistlichen. Hier auf diesem Arbeitsgebiete der Nächstenliebe können die Frauen erfolgreich mitwirken gegen die sociale Verbitterung und Entfremdung der Stände, und diese Genugtuung und Freude läßt auch das unerträglich Erscheinende leichter ertragen. Je mehr gebildete Mädchen in diesem segensreichen Rufe zusammenwirken, desto erfolgreicher werden sie gegen unnötige Erschwerungen ankämpfen; dazu haben sie jetzt schon die moderne Großmacht der öffentlichen Meinung auf ihrer Seite. Daß das Interesse für die Pflegerinfrage nicht mehr von der Tagesordnung verschwinden wird, bis Mittel und Wege zu ihrer Lösung gefunden sind, das ist bei ihrer Bedeutung sicher zu hoffen. Mögen alle Gönner und Freunde derselben eifrig zusammenwirken zum Wachsen und Gedeihen dieses großartigen und segensvollen weiblichen Arbeitsfeldes!

In der St. James-Hall in London fand eine Frauendemonstration zur Sammlung von Geldern zum Besten der Frauen und Kinder der ausständischen Bergleute statt, wobei zwei dieser notleidenden Frauen erklärten, sie wollten lieber mit ihren Kindern sterben, als daß sie ihre Männer die Arbeit zu einem reduzierten Lohnsatz aufnehmen ließen.

In Miskolcz ist vor einigen Tagen eine Frau Namens Rosa Kohn im Alter von 118 Jahren gestorben. Kinder, Enkel, Urenkel gaben ihr das Geleite zum Grabe. Der jüngste Urenkel ist 28 Jahre alt.

Richters Anker-Steinbaukasten.

Es ist ein großer und verderblicher Irrtum, wenn man die Kinderwelt mit einem bunten und zwecklosen, dafür recht billigen Vielerlei zu beglücken wähnt. Den äußern Schmuck soll der sinnige Tannenbaum vertreten. Der Gaben aber, die er unter seinen Aesten verbirgt, seien ihrer wenige, doch dafür solche, die es verdienen, lange Zeit lieb und wert gehalten zu werden. Ein gutes Buch, ein gutes Spiel sollen neben jenen Geschenken, die einen direkten Nutzzweck im Auge haben, genügen. Für dieses eine bringe man dann auch, sofern die Verhältnisse es gestatten, gerne ein größeres Opfer. Unter den Spielen nehmen seit einigen Jahren Richters Anker-Steinbaukasten weitaus den ersten Rang ein. Wohl noch nie hat sich ein Spiel die unbedingte Anerkennung aller pädagogischen Kreise in dem hohen Maße erworben, wie dies bei Richters Steinbaukasten der Fall ist. Es verkörpern dieselben in der That und Wahrheit die ganze Methodik einer speciellen Seite des Anschauungsunterrichtes und sie können bei ihrer allmählichen Ergänzung zu einem wahren Familienschatze werden, an dem alt und jung auf die Dauer nützliche Erholung finden. Es mutet eigenartig an, zu behaupten, der kleine Knirps von 6 Jahren habe bei diesem Spiel seine helle Freude, schärfe an demselben seine Beobachtungsgabe, rege bei ihm sein Denken an und lasse — successive Ergänzung vorausgesetzt — nicht von ihm, auch wenn er bereits stolz darauf ist, mit der blauen Kappe seine Locken schmücken zu können. Und doch ist dem so! Eigene Beobachtungen geben uns Veranlassung dazu, offen zu bekennen, daß wir bis jetzt, trotz vieler Prüfungen auf diesem Gebiete, noch kein Spiel gefunden haben, welchem wir vom erzieherischen Standpunkte aus gleich hohen Wert beimessen könnten wie dem genannten.

Sprechsaal.

Fragen.

Frage 2295: Wer nennt Adressen von besten Bezugsquellen für Kinderspielwaren, Mercerie- und Quincailleriewaren zum Wiederverkaufe?

Frage 2296: Wo werden in Luzern wollene Strümpfe gut angestrickt?

Frage 2297: Aus welchem Material fertigt man am besten Kaffeeaufgußsäcke?

Frage 2298: Kann mir eine freundliche Leserin mitteilen, wo Schrankbetten fabriziert werden? Wie hoch ein 1½schläfiges zu stehen kommt und ob diese Möbel in jeder Beziehung praktisch sind?

Frage 2299: Verschiedene meiner Bekannten waschen seit längerer Zeit ihre Wäsche mit einem Zusatz von Petrol und habe ich mich wirklich überzeugt, daß die Wäsche in der halben Zeit sehr schön weiß wird. Da in unserm Haushalte sehr viel Wäsche gebraucht wird, so würde ich mich sofort entschließen, diese Waschmethode in Anwendung zu bringen, wenn ich nicht fürchtete, daß dieselbe vom sanitarischen Standpunkte aus nicht gutgeheißen werden könnte. Die Wäsche wird nämlich am Vortag der Wascharbeit in schmutzigem Zustande in lauwarmes Sodawasser eingelegt. Den andern Tag bereitet man im Waschkessel ein Seifenwasser, dem, wenn es anfängt zu kochen, einige Löffel Petrol beigegossen werden. In diese Seifenbrühe kommt nun die Linge, ohne vorher ausgewaschen zu werden. Ist es möglich, daß auf diese Weise der Schmutz genügend ausgezogen wird? Welches ist die Ansicht verständiger, vorurteilsloser Hausfrauen, und was sagt ein Arzt hiezu? Sollte es Mitschwestern geben, die sich für diese Waschart interessieren, so ist zur nähern Erklärung der Methode gerne bereit

Wissensdurstige auf dem Lande.

Antworten.

Auf Frage 2277: Das besorgte Mütterlein soll ihren Liebling herzhaft ins kalte Wasser tauchen, zähle eins, zwei, drei, nehme das Kind heraus, trockne es nicht ab, wickle es aber schnell in trockene, ungewärmte Tücher und stecke es ins Bett. So wird das Kindlein stark und kräftig; aber nicht mit warmen Bädern! Diese wirken nur erschlaffend. Sind die Kinder stark und wohlbeleibt, so sind sie deswegen noch nicht immer kräftig, sondern oft nur schwammig. Das kalte Wasser aber zieht alle schwammigen Organe mehr zusammen und verleiht der Natur Kraft. Kinder, welche regelmäßig warm gebadet werden, sind weit mehr empfänglich für alle Kinderkrankheiten und sind viel leichter Erkältungen und krampfhaften Zuständen ausgesetzt. Solche aber, die durch frisches Wasser abgehärtet und widerstandsfähig gemacht werden, haben solche Schäden viel weniger zu fürchten, sie werden frisch und munter, haben mehr Appetit, schlafen viel besser und gedeihen ganz auffallend. Sind die Kinder einmal an solche warmen, erschlaffenden Bäder gewöhnt und will man dieser Verweichlichung ein Ende machen, so gewöhne man das Kind an laues, dann an kühles und dann an kaltes Wasser. Man glaubt gar nicht, wie leicht sich die Kinder ans kalte Wasser gewöhnen und wie lieb es ihnen wird!

Sebastiana.

Auf Frage 2280: Als weitere reelle Bezugsquelle von Bienenhonig wird genannt: Herr Friedrich Müller, Bienenzüchter in Siblingen, Kt. Schaffhausen.

Auf Frage 2281: Von allen bekannten Mitteln ist Foenum graecum (Bockshornklee) das beste zum Auflösen von Geschwulsten und Geschwüren. Es wirkt langsam, schmerzlos, aber bis zum letzten Tropfen Eiter ausdauernd und gründlich. Man kocht ähnlich wie beim Leinsamen den bekannten öligen Brei, den man in kleine Linnentüchlein bringt und auflegt.

Sebastiana.

Auf Frage 2281: Bei Geschwüren hat uns das Baden des kranken Gliedes in warmem Kamillenthee oder solchen Umschlägen stets gute Dienste geleistet.

Auf Frage 2284: Die Stahldraht-Netzmatratzen neuesten Systems liefern die Herren Vital und Stadler in Sent, Graubünden.

Auf Frage 2285: Ihre „häßlichen braungelben sogenannten Leberflecke" bestehen in umschriebenen Ablagerungen eines feinkörnigen Pigmentes; dieser Farbstoff gelangt auf dem Blutwege zwischen Oberhaut und Lederhaut und ist deshalb durch Behandlung der äußern Hautschichte nicht wohl zu beeinflussen. Diese Leberflecke, die mit der Leber, wenigstens direkt, nichts zu thun haben, beobachtet man oft nach Einwirkung äußerer Reize, wie intensive Sonnenhitze (im Winter abblassend), Senfteige, Jodanstriche, Blasenpflaster, Salben, Scheuerung durch Kleidungsstücke mit Schweißbildung, andauerndes Kratzen 2c. Die Heilkunde ist etwas verlegen in der Erklärung, weshalb auf Reize, die an und für sich eigentlich geringfügig sind, eine so hartnäckige Veränderung der pigmentführenden Hautschichte erfolgt; es ist daher guter Rat etwas erschwert. Anhaltspunkte und Leitgedanken für eine einigermaßen rationelle Behandlung dürften jedoch folgende Thatsachen geben: Man beobachtet solche Leberflecke sehr häufig im Begleit oder Gefolge von seelischen Einflüssen, wie Aerger, Zorn, ferner bei Verdauungsstörungen, wie chronischen Magen- und Darmkatarrhen, bei erschöpfenden Krankheiten, wie Lungenschwindsucht, sowie krankhaften Zuständen im Organismus der Frau. Denken Sie in diesem Sinne über Ihre Beschwerde nach und tragen Sie sie mal Ihrem Arzte vor. Vielleicht dürfte einer allgemeinen und allseitigen rationellen Gesundheitspflege mit der Ursache auch das Ihnen besonders lästige Symptom verschwinden.

-y

Auf Frage 2285: Die Leberflecke sind ein Zeichen gestörter Säftecirkulation und sie entstehen meistens dann, wenn die Leber in ihrer Thätigkeit gehemmt ist. Diese Flecke finden sich daher sehr oft bei Schwangeren, bei solchen, die durch enge Rockbänder oder Gürte die Lebergegend schnüren. Die Leberflecke der Schwangeren vergehen nach erfolgter Geburt, wenn die Ursache entfernt ist. Leute mit Leberflecken sind in der Regel ärgerlichen, leicht reizbaren Wesens, von sog. „galligem" Temperament. Rationelle Hautpflege durch fleißige Bäder und Waschungen, viel Bewegung in freier Luft, Sorge für geregelte Entleerungen, einfache, ungewürzte Nahrung, wenig sitzende Beschäftigung und das Schlafen in gutdurchlüftetem Raume, sowie das Tragen von zweckmäßiger, loser Kleidung und sachkundig durchgeführte Körpermassage sind die Mittel, um den Gesamtorganismus zu regster Thätigkeit anzuspornen, die Maschine zu flottem und leichtem Gange zu ölen, so daß die Säftestockungen aufgehoben werden und deren Folgeerscheinungen, hier die unangenehm in die Augen fallenden Leberflecke, von selbst verschwinden.

Auf Frage 2286: Ein warmes Sitzbad, worin die Leidende, recht gut zugedeckt, schwitzen kann oder ein Dämpfen des Unterleibes, wobei der Körper ebenfalls gründlich durchwärmt wird, wird den Migräneanfall kurzerdings abschneiden. Nach beiden Prozeduren muß aber der Körper rasch kalt abgewaschen oder abgebraust werden. Wenn der Rechnung nach die Anfälle sich bald einstellen könnten, soll möglichst wenig gegessen und für Darmthätigkeit gesorgt werden. In den schmerzfreien Zeiten ist viel Aufenthalt und Bewegung im Freien erforderlich, Massieren des Unterleibes und ganz kurze, kühle Sitzbäder, samt einer nur mäßigen Zufuhr von einfacher, reizloser und leichtverdaulicher Nahrung anzuraten. Bei dieser Behandlung werden die Migräneanfälle nicht mehr so heftig auftreten und nach und nach ganz ausbleiben. Die Patientin muß beständig und zielbewußt ihrem Leiden entgegenarbeiten, nicht bloß in den Tagen, wo die Schmerzen sich fühlbar machen. Sie darf auch keine enganliegende Kleidung und Strumpfbänder tragen und soll bei offenem Fenster und auf flachem Lager (ohne Keilkissen) schlafen.

Auf Frage 2286: Probieren Sie es einmal mit einer Flasche Dr. Hommels Hämatogen. Dieses Präparat hat mir für das so beschwerliche Kopfweh sehr gute Dienste geleistet. Ich habe vorher alles mögliche angefangen, jedoch ohne allen Erfolg.

Elisa Hofmann-Müller.

Auf Frage 2286: Oft wiederholte kurze kalte Sitzbäder in einer ganz kleinen Menge Wasser haben mir nach vielem Ausprobieren aller möglichen Mittel und ärztlichen Verordnungen meine martervollen Kopfschmerzen für immer beseitigt. Ich habe früher auch viel warm gebadet, das brachte aber nur momentane Linderung und Schlaf. Die kalten kurzen Bäder dagegen haben mich geheilt.

Auf Frage 2287: Alte, verholzte Rosenstämme lassen sich nicht mehr umbiegen, wenn dies nicht von jung auf geschehen war. Es genügt aber keineswegs zum Schutz gegen die Winterkälte, bloß die Krone einzubinden; das Stämmchen muß ebenfalls durch eine Umhüllung von Stroh vor dem Erfrieren geschützt werden.

L. J.

Auf Frage 2288: Sie sind formell im Rechte, zu verlangen, daß die Post die an Sie adressierten Stücke Ihnen direkt behändigt. Sie müssen aber so placiert sein, daß die Post Sie ohne Umständlichkeiten jederzeit erreichen kann. Der Geschäftsinhaber ist aber ebenfalls im Recht, wenn er durch Entgegennahme der Post an seiner Centralstelle dafür sorgt, daß die Postbeamten durch Aufsuchen der einzelnen Adressaten an ihrer Arbeitsstelle nicht allzuviel Zeit verlieren müssen und daß in seinem Geschäfte keine Betriebsstörung entsteht. Wer nicht riskieren will, daß seine Mitteilungen von Unberufenen gelesen werden, der muß selbe eben unter Briefverschluß bringen. Und wer will, daß seine Korrespondenz überhaupt nicht kontrolliert werden kann, der miete ein Postfach und entleere dasselbe mit eigener Hand.

Auf Frage 2289: Ein Spaziergang am Tage ist der Gesundheit des Menschen, wegen des belebenden Einflusses der Sonne und ihres Lichtes, allerdings weit zuträglicher als ein Spaziergang zur Nachtzeit. Bei letzterm kommt aber immerhin die sehr gesundheitfördernde Bewegung in frischer, reiner Luft in Betracht. Ein Spaziergang vor Schlafengehen ist deshalb bei weitem besser als gar keiner. Bei der gegenwärtigen langen Nachtzeit findet sich nach demselben noch Zeit genug für eine vollständig genügende Bettruhe, welche nach einer energischen Bewegung in reiner Luft auch um so angenehmer und bekömmlicher wird.

-y

Auf Frage 2290: Da eine gute Milch allein genügt zum Erhalt und Aufbau eines kindlichen Organismus, so lassen Sie Ihre zweijährige Kleine nur ohne Sorge an Milch und dünnem Brei sich genügen, solange es ihr so behagt. Von Zeit zu Zeit mäßig gereichtes Obst, z. B. gedämpfte Aepfel, wird sie wohl auch noch annehmen. Gehen Sie fleißig mit ihr an die frische Luft, wobei sie so viel wie möglich selbst zu marschieren hat, waschen Sie sie morgens mit kaltem Wasser energisch den ganzen Körper ab, geben Sie ihr über Tag ein warmes Bad, und reiben Sie sie jeweilen nachher recht ausgiebig, so daß dies Trockenreiben einigermaßen einer Körpermassage gleich kommt. Sehr warscheinlich wird ihr alsdann allmählich das Bedürfnis nach mehr sowohl, wie nach der von Ihnen gewünschten festen Nahrung kommen.

-y

Auf Frage 2291: Wenn Sie Waschgefäße von Eichenholz haben, oder wenn Züber- oder Kesseldeckel mit eichenen Querleisten versehen sind, so sind die Flecke erklärt. Es sind dann sogenannte Lohflecke. Bestreuen Sie deshalb die feuchten, fleckigen Stellen mit gepulverter Weinsäure und lassen Sie diese einige Stunden darauf einwirken. Ist eine große Partie von der Wäsche fleckig geworden, so breiten Sie diese in einem reinen Gefäß von Tannenholz aus, bestreuen Sie die Stellen alle mit Weinsäurepulver und gießen Sie zur Durchfeuchtung heißes Wasser darüber. Nach Verfluß von 1—2 Tagen sind die Lohflecke verschwunden.

Auf Frage 2293: Als Bettfedern-Reinigungsanstalt kann Ihnen bestens empfohlen werden die Firma J. Pfister-Christen, Gerbergasse 65 und untere Rheingasse 10, Basel.

Auf Frage 2294: Die Gußstahlkochgeschirre sind bei Herrn J. Debrunner-Hochreutiner in St. Gallen zu beziehen. Es hat sich noch kein Kochgeschirr so

gut bewährt wie eben dieses. Die Geschirre sind auf jeder Art von Feuerung zu verwenden. Unscheinbar von Ansehen, würde der, der sie kennen gelernt hat, nicht mehr vermissen mögen. Sie schließen luftdicht und das Geschirr ist so solid erstellt, daß nichts anfitzt und daß es weder von der Gas- noch Petrolflamme angegriffen wird. Es hat ferner den Vorteil, daß es durch den Gebrauch immer schöner wird, was von jeder andern Geschirrart nicht gesagt werden kann. Zum Reinigen genügt das Waschen mit heißem Wasser. Die Gußstahlkochgeschirre eignen sich auch ganz vorzüglich zum Einstellen in Immerbrenneröfen, die oben einen abnehmbaren Deckel haben.

Feuilleton.

Künstler-Blut.

Von Leo Hildeck.

(Fortsetzung.)

Ein sonniger, fast frühlingswarmer Februartag. Unter dem leuchtenden hellblauen Krystall des Himmels schwirrten die ersten Stare, und in den kahlen Bäumen der schnurgeraden, breiten Allee, welche nach dem Stadtwalde führt, flöteten die Drosseln.

Aus einem der Wagen, welche den Weg aus dem Walde in die Stadt verfolgten, flatterte Frau von Flossels langer, schwarzer Kreppschleier. Die junge Frau saß in einer offenen Mietequipage, neben ihr ihre Vorleserin, ein älteres Fräulein mit einem auffallend langen, ledergelben Gesicht. Um so reizvoller erschienen Stephaniens zartgemeißelte Züge, denen die frische, angenehme Luft eine feine, pfirsichartige Röte verlieh. Die beiden Damen wechselten von Zeit zu Zeit eine Bemerkung über die Spätwintertoiletten der Damen, welche in dem freundlichen Wetter ihre lange verschlossen gehaltene Eleganz mit sichtlichem Vergnügen zur Schau stellten.

Auf dem weichen Sande des Reitweges erscholl der gedämpfte Tritt von Pferdehufen, und der Reiter, welcher auf einer feingliedrigen englischen Stute neben dem Wagen erschien, zog grüßend den Hut und wollte im Schritt vorüber reiten, als Stephanie ihn anrief.

„Herr Strecker!"

Otto lenkte das Pferd an den Wagenschlag.

„Gnädige Frau — welch glückliche Veränderung! Sie sollten sich als Hygieia malen lassen!"

Unter dem aufrichtig bewundernden Blicke des jungen Mannes errötete Stephanie vor Vergnügen.

„Ich wollte, ich könnte Ihnen das Kompliment zurückgeben," lächelte sie. „Aber Ihre Londoner Reise scheint Ihnen nicht wohl gethan zu haben — Sie sind bleich."

„Das englische Klima sagt mir nicht zu," entgegnete er kurz. „Ich bin deshalb früher heimgekehrt, als zuerst meine Absicht war."

Er fühlte ihren scharfen durchdringenden Blick mit einigem Unbehagen auf sich ruhen, blieb aber trotzdem im gleichen Tempo an der Seite des Wagens.

„Mir scheint," sagte sie nach einer kleinen Pause, „wir haben mancherlei miteinander zu plaudern. Möchten Sie nicht einmal wieder einen Blick in meinen Salon werfen? Sie müßten sich freilich eilen, denn auch ich habe eine längere Reise in Aussicht genommen — wollen Sie heute nachmittag zum Fünfuhrthee kommen?"

Otto zögerte einen Augenblick. „Besten Dank — ich treffe die Damen doch allein?" fragte er etwas unruhig.

„Wir erwarten niemand sonst — nicht wahr, Fräulein Stangler?"

Die Lederfarbige war ganz der Meinung der gnädigen Frau, und mit dem Versprechen, sich einzustellen, trabte Otto grüßend davon.

Am Nachmittag desselben Tages erschien Stephanie von Flossel in Käthes Zimmer. Sie fand das junge Mädchen allein mit einer einfachen Weißstickerei beschäftigt, dem ersten „zur Ausstattung" bestimmten Stück.

Käthe warf die Arbeit hin und eilte der jungen Frau entgegen.

„Gnädige Frau — wie herzig von Ihnen! Kommen Sie — Ihr Sessel am Fenster ist frei —"

Stephanie warf einen Blick auf die behagliche Fensternische mit dem schweren altmodischen Nähtische und dem an der Lichtseite stark abgeblaßten grünen Sessel. „Sehr einladend, Fräulein Käthe — aber ich kam eigentlich in der schlimmen Absicht, Sie diesem gemütlichen Winkel zu entführen — sogar zu durchaus egoistischen Zwecken — doch Sie haben selber zu arbeiten."

„Nichts Eiliges!" sagte Käthe und rollte bereits ihre Stickerei zusammen. „Wenn ich Ihnen helfen kann —"

Gleich darauf stieg sie an Stephaniens Seite die Treppen hinab, nachdem sie halblaut Aurelie gebeten, sie möge, falls ein — lieber Besuch käme, im Parterre Bescheid sagen lassen. Stephanie schien diesen Auftrag nicht gehört zu haben. Von ihren eigenen Angelegenheiten plaudernd, führte sie Käthe in den Rokokosalon, in welchem sie sonst Heinz' Besuche zu empfangen pflegte.

Der gewöhnlich so eigenartig reizende Raum war kaum wiederzuerkennen. Teppich und Decken waren aufgerollt; über die Möbel breiteten sich Ueberzüge von grauer, roteingefaßter Leinwand, und der zierliche Lüster war in einer Wolke von weichem weißen Batist verschwunden. In der Mitte des Zimmers stand ein einfaches Eichentischchen, auf dem alles Meißener Porzellan, welches sonst die Borte und Etageren des Zimmers zu schmücken pflegte, zusammengehäuft war.

„Den ungeschickten Händen der Dienstboten mag ich die Reinigung meiner Meißener Schätze nicht anvertrauen," erklärte Stephanie der etwas verwundert dreinschauenden Käthe. „Und da Fräulein Stangler abberufen wurde und ich mir zu dergleichen mechanischen Verrichtungen gern eine unterhaltende Sekundantin suche, so war ich so unbescheiden —"

Sie holte für sich und Käthe Stühle herbei, tauchte einen feinen Pinsel in eine mit Wasser gefüllte Schale und begann, eines der Figürchen zierlich zwischen den Fingern drehend, dasselbe zu reinigen. Darauf reichte sie es Käthe, welche es mit einem weichen Tuche sorgsam abrieb.

„Aber weshalb haben Sie den Salon so aschenbrödelmäßig zugerichtet, gnädige Frau?" fragte Käthe. „Man könnte glauben, Sie hätten eine lange Reise vor."

„Kind!" rief Stephanie in erstauntem Tone und ließ Pinsel und Blumenkörbchen in den Schoß sinken, „wissen Sie denn nicht, daß ich in einer Woche zu meinem Bruder nach Boston reise?"

„Das ist mir neu!" sagte Käthe überrascht, „Sie haben nicht das Mindeste davon verlauten lassen. In acht Tagen, sagen Sie? Wie schade! Eine Woche später hätten Sie Reisegesellschaft gefunden."

Beide Frauen waren lebhaft errötet und putzten mit verdoppeltem Eifer an ihrem Porzellan.

„Was sich da für ein hartnäckiger Staub zwischen den Blumen eingenistet hat!" bemerkte Stephanie und hielt den Pinsel in hastiger Bewegung. Dann hob sie den Kopf für eine Sekunde und fragte leichthin: „Von wem sprachen Sie?"

„Von — von Herrn Konzertmeister Bergedorf," versetzte das Mädchen, ihr Gesicht noch tiefer senkend. „In drei bis vier Wochen erwartet ihn sein Impresario in New-York; mit einem frühern Schiffe kann er nicht fahren, da er noch zwei Wochen hier gebunden ist."

„So — der!" sagte Stephanie gleichgültig. „Ich dachte, er wäre längst fort, weil ich ihn so lange nicht gesehen habe. Ja, das wäre wirklich recht angenehm — aber da ist ja eine kleine Ecke von dem Schäferhut abgestoßen — sehen Sie doch — diese Dienstboten! — — ich habe nämlich gar keine Erfahrung im Reisen — und nun gar eine Seefahrt — wenn ich da einen Bekannten auf dem Schiffe hätte — es ist wirklich schade!"

„So schieben Sie Ihre Reise doch um eine Woche auf!" rief Käthe lebhaft und stellte die kokette Porzellanschäferin, die sie in der Hand hielt, behutsam auf den Tisch. „Es ist auch für meinen — für — Herrn Bergedorf höchst angenehm, so liebe Gesellschaft zu finden. Um die paar Tage Aufschub!"

Stephaniens Herz klopfte zum Zerspringen. Sie hatte genau vorausgewußt, daß Käthe diese Worte sprechen würde; alles war bis hieher programmgemäß verlaufen. Doch jetzt, da diese erwarteten Worte hell und freundlich an ihr Ohr schlugen, jetzt erschrack sie vor ihnen, wie vor einem schweren Vorwurf. Ihr scheuer Blick streifte die heiteren, arglosen Züge des jungen Mädchens, nach dessen Glück sie heimlich und berechnend die Hand ausstreckte. Sie schämte sich plötzlich vor diesen treuherzigen, hellen Augen, die so eifrig und überredend den selbstlosen Ratschlag unterstützten.

„Nein — auf keinen Fall verschiebe ich meine Abreise," sagte Stephanie rasch und entschieden, wie wohl ein leichtes Zittern in ihrer Stimme lag. „Mein Bruder erwartet einige Verwandte seiner Frau aus Brasilien, und Sie können sich vorstellen, daß ich ihn erst einmal allein sprechen möchte, bevor seine Pflichten gegen ein halbes Dutzend Gäste ihn in Anspruch nehmen."

„Das ist begreiflich," meinte Käthe nachdenklich. Dann herrschte einen Augenblick Stille im Zimmer.

„Aber Sie können ja so lange fortbleiben, wie Sie wollen," begann sie dann von neuem. „Vielleicht besinnen Sie sich noch anders. Jedenfalls will ich Hei—Herrn Bergedorf die Angelegenheit vortragen; ob Sie seiner Ueberredungskunst stand halten, ist doch noch die Frage."

Lächelnd blickte sie auf ihre Arbeit nieder, während Stephanie aus ihren zweifarbigen Augen einen fast zornigen Blick auf sie richtete. Wie sicher dieses beschränkte Geschöpf der Wirkung seiner Reize war! Sie mußte sich sehr als glückliche Braut fühlen. Also deshalb war Heinz so unsichtbar geworden, weil er einmal wieder einer philisterhaften Stimmung verfallen war und sich darin gefiel, den liebevollen Bräutigam zu spielen! Gut, Käthe soll ihn nur schicken. Wenn er seine Braut wahrhaft liebt, so kann ihm dieser Besuch nichts anhaben; ist diese Liebe aber nur eine flüchtige Anwandlung — nun, so ist es besser, Käthe verliert ihn jetzt, als später. Sie ist ja doch nicht im stande, ihn seiner Natur gemäß zu behandeln, ihn der Gefahr mutwillig entgegen zu schicken — welche Thorheit! Die gerechte Strafe für solche Tollkühnheit wäre es nur, wenn —

Der Ton der Thürschelle unterbrach den Gedankengang der jungen Frau. Man hörte eine Männerstimme, dann die Antwort des Dienstmädchens und das Oeffnen und Schließen einer Zimmerthür. Stephanie horchte auf und ging sodann dem Mädchen entgegen, welches eintrat und eine Visitenkarte überreichte.

Stephanie ließ dieselbe sofort in ihre Tasche gleiten und eilte nach der Thür.

„Ah richtig — den hatte ich ja ganz vergessen!" sagte sie wie zu sich selber. Dann, sich zu Käthe wendend: „Nur einen Augenblick, Schätzchen, — und Sie, Josephine, decken Sie den Theetisch im gelben Zimmer — drei Tassen!"

Sie warf die weiße Arbeitsschürze mit rascher Bewegung von sich und verschwand, von dem Mädchen gefolgt, hinter der Thür.

Nur wenige Minuten war Käthe allein gewesen, als das Mädchen von neuem erschien und meldete, die gnädige Frau lasse das Fräulein in das Wohnzimmer bitten.

Käthe erhob sich, zog die zurückgestreiften Aermel herunter und öffnete ahnungslos die Thür zum Wohnzimmer, blieb jedoch wie angewurzelt auf der Schwelle stehen.

Der junge Mann, der am Mitteltische saß und in einem dort liegenden Prachtalbum blätterte, sprang empor und stützte sich mit der Hand fest auf die Tischplatte. Seine sonst so unbedeutenden blauen Augen waren plötzlich auffallend groß und tief dunkel, und das bleiche, magere Gesicht erglühte unter einer heiß emporsteigenden Blutwelle.

Einen Augenblick herrschte unheimliche Stille. Wie hülfesuchend blickte Käthe im Zimmer umher.

„Wo ist Frau von Flossell?" brachte sie endlich mit belegter Stimme hervor.

Otto war es bei Käthes unerwartetem Anblick zu Mute gewesen, als habe er einen Schlag vor die Brust empfangen. Alle die Gefühle, die er seit Wochen mit aller Kraft bekämpft und zurückgedrängt hatte, stürmten in dieser Sekunde die künstlichen Schranken und schlugen wie eine wilde Sturzwelle gegen das überraschte, wehrlose Herz.

Ein Weilchen rang er nach Worten.

„Frau von Flossell ist für einen Augenblick abberufen," sagte er endlich mit einem so seltsamen Tone, daß er seine eigene Stimme nicht erkannte.

Käthe stand noch immer an der Thür, welche sie mit dem Ellenbogen zugedrückt hatte. Sie bog die Finger ihrer linken Hand hin und her und atmete rasch und unregelmäßig, während ihre Augen den Boden suchten.

Plötzlich trat Otto auf sie zu; ein Gedanke hatte ihn erfaßt.

„Frau von Flossell hat mich hieherbeschieden," sagte er halblaut. „Geschah das in Ihrem Auftrage — haben Sie mir etwas zu sagen?"

Seine Stimme bebte, trotz seiner Anstrengung, ruhig zu erscheinen.

Ihr Blick traf ihn jetzt groß und ernsthaft. Ein Strahl der alten Freundschaft glänzte darin. Sie schüttelte den Kopf.

„Nichts," erwiderte sie.

„Und sind Sie glücklich?"

Er war wieder bleich wie zuvor, und voll Mitleid sah Käthe den tiefen Leidenszug in seinen Mienen.

„Ja, ich bin glücklich, Otto!"

(Fortsetzung folgt.)

Druck von Th. Wirth & Cie., St. Gallen.

Beilage: „Koch- u. Haushaltungsschule" Nr. 11.

Briefkasten.

Frau **B.-G.** in **L.** Ihr liebes Schreiben hat uns große Freude gemacht. Es ist aber auch kein Wunder, die Zusammengehörigkeit herauszufühlen, wenn man im Verlaufe von 15 Jahren ununterbrochen im geistigen Verkehr miteinander gestanden hat. Möge die „Schweizer Frauen-Zeitung" sich auch fürderhin der altbewährten, freundlichen Aufnahme erfreuen. Wollten Sie nicht auch ohne zwingende Veranlassung hie und da etwas von sich hören lassen?

Veilchen im Thale. Warum sollte ein junges Mädchen sich den harmlosen Freuden entziehen, die ihm so freundlich angeboten werden? Das Bewußtsein, durch Festhaltung an den starren äußeren Formen sich in eine Ausnahmestellung versetzt zu haben, wird Sie kaum entschädigen können für die Entbehrungen, welche Ihr Stolz Ihnen auferlegt. Nach Freude dürsten und sich dieselbe aus übel angebrachtem Stolze nicht gönnen, das trägt bittere Früchte. An Ihnen ist es, ein freundliches Entgegenkommen zu zeigen, dann wird auch Ihnen solches zugebracht werden. Versuchen Sie's nur, der Erfolg wird nicht ausbleiben.

Frau **L.** in **M.** Wenn Sie mit Ihrem Geschäfte auf eine kleine Ortschaft angewiesen bleiben wollen, so bedürfen Sie des Ausschreibens, der öffentlichen Empfehlung durch die Presse nicht. Im kleinen Orte können Sie vielleicht ohne Konkurrenz arbeiten und ein jeder, der in Ihren Artikeln Bedarf hat, weiß, daß er bei Ihnen beziehen kann. In größerm Orte aber und wo ein Artikel möglichst allgemein bekannt werden soll, da ist die zweckmäßig angelegte und konstant durchgeführte Bekanntmachung unbedingt notwendig, wenn Sie zu einem befriedigenden Resultat kommen wollen. Wenn Sie uns das Nähere mitteilen, so sind wir gerne bereit, Ihnen mit dem nötigen Rat an die Hand zu gehen.

Frau **F.** in **L.** Farbige Strümpfe werden am besten in einer Mischung von Salmiak und Wasser (1 Teil Salmiak auf 10 Teile Wasser) gewaschen. Der Seife bedarf es nicht. Als Reinigungs- und Schönungssalz zum Waschen farbiger Wollsachen, hauptsächlich solcher von roter Farbe, löst man in 1000 Gewichtsteilen warmem Regen- oder Flußwasser 32 Gewichtsteile Kleesalz, 16 Teile krystallisierte Soda und 5 Teile Pottasche auf. Für rote Stoffe fügt man nach erfolgter Lösung 2 Teile pulverisierte Cochenille zu, wonach die Flüssigkeit filtriert wird. Damit werden die zu waschenden Stoffe durchnäßt, mit einer steifen Bürste nach der Faser gebürstet und nach Entfernung des Schmutzes in reinem Wasser ausgewaschen. Die Wirkung ist eine rasche und vollständige, ganz besonders auf die rote Farbe, die in ihrer ursprünglichen Reinheit und Frische für bleibend wieder hervortritt.

Flanelle, Molletons, Winter-Piqué, Oxfords in Wolle und Baumwolle, bester farbechter Qualitäten in grössten Dessins- und Qualitäts-Auswahlen, zu **Hausrücken, Morgenkleidern, Blusen, Jupons, Kinderkleidern, Knaben- und Herrenhemden, Velohemden, Unterkleidern,** warme, kräftigste und geschmeidige Gewebe per Meter 60, 75, 85, 95—1.25 Cts. — ☞ Muster obiger, sowie sämtlicher neuester **Damen- und Herren-Stoffe** liefert auf Wunsch umgehends franko ins Haus (584
Oettinger & Cie., Centralhof, **Zürich.**

Adolf Grieder & Cie., Seidenstoff-Fabrik-Union, Zürich versenden zu wirklichen Fabrikpreisen schwarze, weisse und farbige Seidenstoffe jeder Art von **75 Cts.** bis Fr. 18. — per mètre. Muster franko. Beste Bezugsquelle für Private.
Ball-Seidenstoffe
Welche Farben wünschen Sie bemustert? (719

Heureka! **Beste Betteinlage** für Kinder und Kranke. Wo nicht erhältlich, direkt durch [241
H. Brupbacher & Sohn, Zürich, oder **C. Fr. Hausmann,** Hechtapoth., **St. Gallen.**

Bei Appetitlosigkeit schlechter Verdauung, Blutarmut, Nerven- und Herzschwäche, geistiger und körperlicher Erschöpfung, in der Genesungszeit nach fieberhaften Krankheiten wird **Dr. med. Hommel's Hämatogen** (Hæmoglobinum depurat. sterilisat. liquid.) **mit grossem Erfolge** angewandt. Sehr angenehmer Geschmack und mächtig appetitanregende sichere Wirkung. Depôts in allen Apotheken. Prospekte mit Hunderten von **nur** ärztlichen Gutachten gratis und franko. **Nicolay & Co.,** pharm. Labor., **Zürich.** [634

Gesucht:
ein tüchtiges, erfahrenes Zimmermädchen, das gut nähen, bügeln und servieren kann.
Zeugnisse und Photographie befördert die Expedition dieses Blattes. [754

Ein Frauenzimmer, 40 Jahre alt, **sucht Stelle** als **Gouvernante** zu einer Dame oder zu Kindern. Sie spricht deutsch, französisch und etwas englisch. Zeugnisse über bisherige Thätigkeit stehen zu Diensten. Offerten unter Chiffre 702 an die Expedition d. Bl. [702

Eine Tochter
aus achtbarer Familie, deutsch und französisch sprechend, welche das Weissnähen erlernt hat, **wünscht** in ein **Weisswarengeschäft** oder in eine feinere Familie als **Zimmermädchen** einzutreten.
Gefällige Offerten vermittelt die Expedition dieses Blattes. [758

Eine **bescheidene Tochter** aus achtbarer Familie **wünscht,** gestützt auf gute Zeugnisse, baldmöglich Stelle als **Ladentochter** oder zur **Stütze der Hausfrau.** Gefl. Offerten an die Expedition dieses Blattes. [778

Stellegesuch.
Eine junge Tochter aus besserm Hause, welche die Hausgeschäfte versteht, sucht Stelle in einem bessern Privathause oder in einer soliden Wirtschaft, wo sie neben einer tüchtigen Hausfrau Beschäftigung hätte. Sehr erwünscht wäre, die bürgerliche Küche gründlich und selbständig erlernen zu können. Offerten an die Expedition d. Blattes. [768

Eine **alleinstehende Witwe,** gesund, rüstig und **arbeitsgewohnt,** die viele Jahre als Haushälterin diente, **wünscht** wieder den **Haushalt** eines honetten Herrn oder einer Dame **zu besorgen** oder die besondere Pflege und Bedienung einer Dame zu übernehmen, worin sie ebenfalls erfahren ist. Gute Behandlung wird grossem Lohne vorgezogen. Gefl. Offerten an die Expedition dieses Blattes. [775

Familien-Pension.
In **Montreux** in schöner Lage, mit prächtiger Aussicht auf See und Gebirge, nahe dem Bahnhof und dem Halteplatz der Dampfschiffe, finden Familien, sowie einzelne Personen freundliche Aufnahme bei mässigen Pensionspreisen. [759
Grand'rue 74, Frl. Schaerer.

Kurhaus Bocken,
Horgen am Zürichsee,
empfiehlt sich zum Winteraufenthalt für Pflegebedürftige, Gemüts- und Nervenleidende, Uebermüdete und Rekonvalescenten. Geheizte Korridore und Zimmer, windgeschützte Veranda. Familienleben. Gute Küche. Aerztliche Leitung. Eigene Fuhrwerke. Telephon. [780

Festgeschenke
in reichster Auswahl in **Möbeln** und schönen, nützlichen **Holzarbeiten.**
☞ Man versäume die billigen Preise und reichhaltige Auswahl nicht.
Gewerbehalle z. Pelikan
von A. Dinser, Schmiedgasse 15, St. Gallen.
— Grosses Möbelmagazin und Schreinerei. — [783

Zürcher Schneider-Akademie.
Praktische und theoretische Fachlehranstalt für Damen- und Wäscheschneiderei von Schwestern Michnewitsch, Zürich, Lindenhof 5.
Gegründet 1882, viele hundert Schülerinnen ausgebildet.
Ausgebildet als Directrice.
1. An der grossen Berliner Schneider-Akademie zu Berlin nach der **verbesserten** und **vervollkommneten** Methode des verstorbenen **Direktor KUHN.**
2. An der preisgekrönten **Hirschschen** Schneider-Akademie zu Berlin.
Ausgebildet als Lehrerin.
3. Nach dem alten System **KUHN** der grossen Berliner Schneider-Akademie zu Berlin.
4. Nach dem k. k. privilegierten System **SCHACK** in Wien.
5. Nach dem System für wissenschaftliche Zuschneidekunst von **H. SHERMANN** in Berlin. [688
Neue Kurse in der
Damen- und Wäscheschneiderei
beginnen am **1.** und **15.** jeden Monats, ebenso **Zuschneide- und Abendkurse.**
Ausbildung zu **Directricen, Schneiderinnen,** sowie für den Hausbedarf.
Ein Kurs inkl. Zuschneiden dauert 3 Monate, Zuschneidekurs allein 2—3 Wochen.
Anfertigung von Kostümen und Konfektion unter **Garantie** für tadellosen Sitz.
Pariser, Wiener und Berliner Modejournale.
Für auswärts genügt Einsendung einer Taille.
Schnittmuster in allen Größen, sowie nach Maß.
☞ **Der Unterricht wird speciell nach den unter Nr. 1 und 2 bezeichneten weltberühmten Systemen erteilt.**
☞ **Einzige Fachlehranstalt in der Schweiz, deren Vorsteherinnen eine so vielseitige praktische und theoretische Ausbildung genossen.**

Bei **Hautkrankheiten, Ausschlägen** (454
jeder Art haben sich die **Dr. med. Smid**schen **Flechtenmittel,** bestehend aus Salbe Nr. 1 u. 2, und Blutreinigungspillen, als ebenso wirksam wie unschädlich bewährt und zwar Salbe Nr. 1 bei **nässenden Flechten, Ekzemen, Bläschen, Juckausschlägen, Gesichtsausschlägen, Knötchen, Fussgeschwüre, Salzfluss, Wundsein, Wunden, Hautunreinigkeiten** etc., — Salbe Nr. 2 bei **trockenen Flechten, Schuppenflechten, Psoriasis, Kopfgrind** etc. Durch den gleichzeitigen Gebrauch von Salbe und Blutreinigungspillen wird der Ausschlag beseitigt und das Blut gereinigt. 1 Paket, enthaltend 1 Topf Salbe und 1 Schachtel Blutreinigungspillen, kostet Fr. 3. 75. **Haupt-Depot: P. Hartmann,** Apotheke **Steckborn.** *Depots:* **St. Gallen:** Apoth. C. F. Hausmann, C. F. Ludin, Löwenapoth.; **Buchs:** Apoth. J. Brand; **Ebnat-Kappel:** Apoth. Siegfried; **Flawil:** Apoth. H. Saupe; **Rapperswil:** Apoth. Helbling; **Basel:** Alfr. Schmidt, Greifen-Apoth., Hubersche Apoth., Th. Bühler Hagenbachsche Apotheke; **Aarberg:** Apoth. H. Schäfer; **Biel:** Apoth. Dr. Bähler; **Pruntrut:** Apoth. Gigon; **Delsberg:** Apoth. Dr. Dietrich, Apoth. E. Feune.

H. BRUPBACHER & SOHN Bahnhofstrasse 35 ZÜRICH — **Damen-Binden** nach ärztlicher Vorschrift. BESTE SYSTEME. Special-Cataloge gratis. Weibliche Bedienung. [38]
Ebenfalls erhältlich bei Herrn **C. Fr. Hausmann,** Hechtapotheke, **St. Gallen.**

B. L. M.
30. November 1893. **400,000 Fr.**
(H 7589 X) **Titel à Fr. 6. 75.**
Kein Risiko. — Absolute Garantie.
Man schreibe an die Zeitung
646] **„La Récapitulation"** in **Genf.**

Bienenhonig,
garantiert echten, verkauft und versendet in Blechbüchsen, 1/2, 1, 2 1/2, 5, 10 und 25 Kilo haltend, zum Preise von Fr. 1.20 pro 1/2 Kilo, bei Abnahme eines grössern Quantums entsprechend billiger. [742
B. Wiederkehr, Pfr.
in **Paradies** bei Schaffhausen.

Schwabenkäfer-Fallen.
Der beste, unübertroffene Apparat, der die ganze Brut, jung und alt, vollständig vertilgt. Einmalige Auslage gegenüber Insektenpulver. Erfolg garantiert. Per **Fr. 2. 85 gegen Nachnahme.**
Th. Sauter, Fabrik von Hotelmaschinen, **Ermatingen,** Thurgau. [395

Eine solide, kautionsfähige Familie wünscht den kommissionsweisen Vertrieb von Gebrauchsartikeln zu übernehmen. Gefällige Offerten unter Chiffre A Z 776 an die Redaktion dieses Blattes. [776

Kochschule Herzog
Basel, 4 Rebgasse 4, Basel.
Eintritt in den Kochkurs jederzeit bis 1. April 1894, mit oder ohne Pension
Privatstunden zu Hause in allen Specialitäten. [739 (O 4327 B)
Pâtisserie- und Dessert-Kurs.

Die HH. Aerzte
empfehlen jetzt meist nur noch die so allgemein beliebte Mufflers
sterilisierte Kindernahrung
in Glasflaschen. [782
D. R.-P. 66767
Zum Entwöhnen, überhaupt zum Aufziehen kleiner Kinder, ist diese Nahrung besser als Kuhmilch allein, oder andere Nährmittel.
In vielen **Spitälern** und **Kliniken** auch für Magenkranke im Gebrauch.
Flasche **Fr. 1.50** in allen Apotheken oder durch das Generaldepot der Schweiz **Th. Bühler,** (Hagenbachsche Apotheke) **Basel.**
(O 4358 B)

Für Familien!
Wer
garantiert echte, reine **Malaga-, Madeira-** und sonstige Südweine **billigst** zu beziehen wünscht, verlange die Preisliste von **Carl Pfaltz, Basel,**
Südwein-Import- und Versand-Geschäft.
Sortierte Probekistchen von 3 ganzen Flaschen für Fr. 5. 30 franko durch die ganze Schweiz. [623

SURROGAT DE CAFÉ HUNZIKER & Cie BERNE
Hunzikers Kaffee-Surrogat. [704]
Schutz-Marke.
BESTER Gesundheits-Kaffee-Zusatz.

Strassburger Sauerkraut
in ganz feiner Qualität empfiehlt [732
Carl Alder,
Speisergasse 9, St. Gallen.

Aerztlich empfohlen!

Silberne Medaille Weltausstellung Paris 1889

Hausmanns

Malzextrakt

aus feinstem Gerstenmalz

gegen **Husten** u. **Heiserkeit** à Fr. 1. 20
Mit **Bromamonium** vorzügl. gegen **Keuchhusten** à Fr. 1. 30
Mit **Salmiak** und **Süssholzsaft** gegen **Brust- und Lungenkatarrh** . . à Fr. 1. 30
Mit **Eisen** und **Chinin** zu allgemeiner Kräftigung à Fr. 1. 60
Mit **Leberthran**, leichter verdaulich als Leberthran allein à Fr. 1. 30
Mit **Leberthran** und **Eisen** geg. Schwächezustände à Fr. 1. 40
empfiehlt und versendet

Die Hecht-Apotheke
St. Gallen. [825

Zwei Diplome Landesausstellung Zürich 1883

Goldene Medaille
Académie Nationale Paris 1890

Goldene Medaillen:
Weltausstellung Antwerpen 1885
Paris 1889.

CHOCOLAT

SUCHARD
NEUCHATEL (SUISSE) [8

Beste Qualität
Wäscheseile
50, 60, 70 Meter lang,
Waschseilbrettchen
Fensterleder und Schwämme
Thürvorlagen
aus Kokos und Manillaseil und Leder,
Winterpantoffeln mit Hanfsohlen
empfiehlt bestens [743
D. Denzler, Zürich,
Sonnenquai 12 und Rennweg 58.

Stottern Stammeln
u. alle Sprachleiden heilt d.
Sprachheilinstitut WALTHER
BERN
PROSPECTE GRATIS

Meldungen sofort nach Altenberg 120, **Bern.** (H 10,373 Y) [769

Bettfedern und Flaum
werden bestens gereinigt und desinfiziert durch die Bettwarenhandlung [618
J. Pfister-Christen, Basel
Gerbergasse 65 und Untere Rheingasse 10.
Prompter Versand nach auswärts.

Industrie- u. Gewerbemuseum St. Gallen.

Frauenarbeitsschule.

Dienstag den 2. Januar 1894 beginnt wieder ein

Cyklus von drei Frauenarbeitskursen

und zwar: [762

a) **Handnähen und Flicken,** mit Musterschnitt, Januar bis April;
b) **Maschinennähen,** mit Musterschnitt, Mai bis August;
c) **Kleidermachen,** mit Musterschnitt, September bis Dezember.

Der Unterricht dauert täglich von 8—12 und 2—5 Uhr.
Das Schulgeld beträgt per Kurs **Fr. 20.**

Die drei Kurse zusammen, in Verbindung mit den Hülfsfächern:
Pädagogik, Methodik, Deutsch, Zeichnen
bilden einen (Ma 3455 Z)

Arbeitslehrerinnenkurs.

Die Teilnehmerinnen erhalten nach erfolgreichem Bestehen der bezüglichen, unter staatlicher Aufsicht stattfindenden **Schlussprüfung** ein **staatliches Arbeitslehrerinnendiplom.**

Der Staat gewährt ferner den Teilnehmerinnen im Bedürfnisfalle entsprechende **Stipendien.**

Anmeldungen sowohl für **einzelne der genannten Kurse** als auch für den **ganzen Arbeitslehrerinnenkurs** werden von heute an entgegengenommen von der

Museumsdirektion: E. Wild.

Das Neueste in Handarbeiten
angefangen, vorgezeichnet oder fertig,
Kissen, Stühle, Bodenteppiche, Decken in allen Grössen, Tischläufer, Milieux de table, Servietten, Handtücher, Pantoffeln, die verschiedensten Wandtaschen, Zeitungshalter, Plaid und Schirmhüller. Ferner: Feine Korbwaren, garniert und ungarniert, Holzschnitzereien, Portefeuilles und Cigarrenetuis und eine Menge Phantasie-Gegenstände, für Stickereien eingerichtet. Grösstes Lager in Wolle, Seide, Häkelgarnen, weiss und farbig, Goldgespinsten, Kanevas, Etamine und Peluche, Fransen, Cordons, Quasten, Chenillen etc.
Material für Rahmen- und Filigranarbeiten.
Aufzeichnungen für die verschiedenartigsten Stickereien werden in neuen stilvollen Dessins angefertigt.
Man verlange Kataloge und Einsichtssendungen.
(HR S 224) BILLIGSTE PREISE. 777
Schwestern Förderer, Rathausgasse 20, Aarau.

Jede Dame

prüfe meine feinen

Loden.

Das Beste und Billigste für
Kostüme und Mäntel.
Hermann Scherrer,
St. Gallen und München.
356] Muster gratis und franko.

Neuestes für den Winter:
Hygieinische Unterleibchen aus Nesselwolle.
Schweiz. Patent No. 4604. Marke: Busch.

Die Nesselwolle saugt die Feuchtigkeit der Haut auf, verhütet dadurch das lästige Nässe- und Kältegefühl bei Schweiss und daherige Erkältung, ist wärmer als Baumwolle, reizt die Haut nicht wie Schafwolle und ist **viel dauerhafter** als beide, lässt sich sehr leicht waschen und geht dabei nicht ein.

Filet-Unterleibchen (durch Bildung einer warmen Luftschicht sehr angenehm): (H 4466 Z) [734

Nr. 40, Brustumfang: 100 cm, lange Aermel Fr. 2. 40, kurze Fr. 2. 20
„ 38, „ 95 „ „ „ „ 2. 30, „ „ 2. 10 } per Stück.
„ 36, „ 90 „ „ „ „ 2. 20, „ „ 2. — }

Unterleibchen, lose gestrickt, elastisch, anschliessend:

Nr. IV. (gross) lange Aermel Fr. 2. 70, kurze Fr. 2. 50
„ III. (mittel) „ „ „ 2. 60, „ „ 2. 40 } per Stück.
„ II. (klein) „ „ „ 2. 50, „ „ 2. 30

Direkter Versand aus dem Fabrik-Depot von S. Eschers Spinnerei und Zwirnerei N. U. gegen Nachnahme, ½ Dutzend und mehr franko durch:
Frau **Sachs-Laube,** Thalgasse 15, **Zürich.**

CEYLON TEA

Ceylon-Thee,
sehr fein schmeckend, kräftig, ergiebig und haltbar,

pr. engl. Pfd. Originalpackung:		pr. ½ kg.
Orange Pekoe . .	Fr. 5. —,	Fr. 5. 50,
Broken Pekoe . .	„ 4. 25,	„ 4. 50,
Pekoe	„ 3. 75,	„ 4. —,
Pekoe Souchong		„ 3. 75,

China-Thee,
beste Qualität, Souchong Fr. 4. — pr. ½ kg.
Kongou „ 4. — „ ½ „

Ceylon-Zimmt,
echter, ganzer oder gemahlener, 50 gr. 50 Cts., 100 gr. 80 Cts., ½ kg. Fr. 3. —.

Vanille,
erste Qualität, 17 cm. lang, 40 Cts. das Stück.

Muster kostenfrei. Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer.

Carl Osswald,
Winterthur. [620

Heureka Frauenbinde
Patente: 6436 + 6437
Aerztlich empfohlen.
Vorzüge:
Ohne Einlage zu benutzen. Waschbar, sehr angenehm zu tragen. Reinlich, praktisch und einfach. [632
Weibliche Bedienung. — Postversand.

H. Brupbacher & Sohn
35 Bahnhofstrasse, **Zürich.**
Ebenfalls erhältlich bei Herrn **C. Fr. Hausmann,** Hechtapotheke, St. Gallen.

Für jeden Tisch!
MAGGI's Suppen Würze und Suppen-Rollen
[748]

Zum Schutze der Gesundheit. **Universal-Frauenbinde** Zur Pflege der Reinlichkeit.
(Waschbare Monatsbinde).
✚ Patent 4217. Deutsch. Reich Nr. 6117.
Einzig wirklich bewährte, praktische und preiswürdige Binde dieser Art.
Prospekte, Preislisten und Auswahlsendungen franko durch
E. Christinger-Beer, Rorschach.
Engros bei **E. G. Herbschleb, Romanshorn.** (539

Für 6 Franken
versenden franko gegen Nachnahme
btto. 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen
(ca. 60—70 leicht beschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [86
Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.

Hechtapotheke

Telephon! Telephon!

Sanitätsgeschäft
zum roten Kreuz.

Milchkoch-Apparate
verschiedener Systeme
von Fr. 2. 50 bis Fr. 22. 50 [824

C. Fr. Hausmann.

St. Gallen.

Bienenhonig

757] schweiz. Provenienz in vorzüglicher Qualität offeriert zu **85 Cts.** per ½ Kg. in Blechbüchsen von 5 Kg. an, brutto für netto, franko per Post oder Bahnstation. (H 4625 Z)

Heinrich Rusterholz
Wädensweil.

Für die Reinheit der Ware wird garantiert; Muster gerne zu Diensten.

Prämiirt
auf der Weltausstellung
zu Paris 1889.

Silberne Medaille
auf der französischen Ausstellung
in London.

Das von **Dr. Renaud**, prakt. Arzt erfundene u. hergestellte

RENAUDINE

ist anerkannt das vorzüglichste **antiseptische**

Zahn- und Mundwasser,

welches das Hohlwerden der Zähne verhindert und ihnen eine blendende Weisse verleiht. —

Zum Preise von Frs. 2. — pr. Flacon vorräthig in allen Apotheken und Parfümeriegeschäften, sowie im **Dépôt de la Renaudine à Bienne.**

Von ärztlichen Autoritäten empfohlen! 751

Wichtige Mitteilung.

Unfehlbar in seiner Wirkung ist das **Eau Anti-Pelliculaire** von **J. BLANCK**, Parf., **SCHAFFHAUSEN.** Nr. 1: Gegen alle Arten Hautausschläge im Gesicht oder Körper, Nasenröte, Säuren, nässende oder trockene Flechten, wunde Hände oder Füsse etc.; Nr. 2: Gegen Schuppenbildung, Haarverlust, beissende Kopfhaut, Hautjucken, Grinde, Krätze etc.

Zu haben bei Obigem, das Uebel ist richtig anzugeben. [771

Die St. Galler
Dampf-Kaffee-Rösterei
von
BAUMGARTNER & Co., ST. GALLEN
liefert stets frisch
geröstoten Kaffee
in verschied. Qualitäten zu den billigsten Preisen
Motor-Betrieb
Neueste Maschinen
Muster zu Diensten. (H 248 G) (674)

Garantie! **Butter!** Naturrein!

Hochfeinste **Centrifugen-Tafelbutter**, anerkannt als vorzüglichste Qualität, versendet täglich frisch in **10 Pfund-Kistchen** zu **8 Mark** franko Nachnahme [770

Karnsteins Dampfmolkerei
zu **Grzymalów 94**, Galizien.

Vorzüglichen, garantierten
Blütenhonig
eigener Zucht, von feinstem Aroma, in Büchsen von 1 Kilo zu Fr. 2. 70, von 2½ Kilo zu Fr. 6. — franko gegen Nachnahme empfiehlt
Friedr. Merz, Bienenzüchter,
420] **Seengen (Aargau).**

Gummischuhe und Schneeschuhe

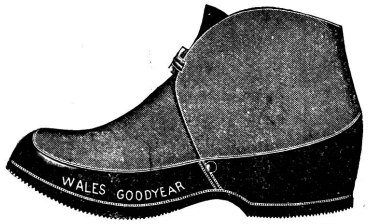
aus den ersten Fabriken
von England und Amerika
direkt importiert

empfehle in grösster Auswahl. [781

Gummischuhe in spitzen und breiten Formen, mit harten Kappen, für Herren à Fr. 4 bis 5.

Gummischuhe, hinten hoch, für Damen, auch ganz leichte feine Arten, à Fr. 3 bis Fr. 3. 30.

Gummischuhe für Töchter und Kinder à Fr. 2 bis Fr. 2. 50.



Schneeschuhe, über leichtere Schuhe als Ueberschuhe zu tragen, von wasserdichtem Wollstoff und warmem Futter, ganz geschlossene Zunge, für Herren 8. 50, Damen 6. 70, Töchter 4. 80.

Schneeschuhe, halb geschlossen, aus wasserdichtem Wollstoff u. warmem Futter, für

Herren	Damen	Töchter	Kinder
8.—	6.—	4.50	3.60

Emperor, hoher Schneeüberschuh von wasserdichtem Wollstoff und warmem Futter, für Damen und Kinder à Fr. 10. 50 u. 9. 20.

In allen übrigen Schuhwaren, auch feinere Qualitäten zu Festgeschenken geeignet, reizende Neuheiten.

Zu vielen Preisen Kinderfinkli und Damenpantoffeln, feinste Auswahl.

Seul Depôt de la Maison F. Pinet, Paris.

Emil Bischoff, Brühlgasse 12, **St. Gallen.**

NB. Auswahlsendungen werden gerne gemacht.

Toilette-Geheimnis.

Das einzig reelle Schönheitsmittel, welches die Haut von **Sommersprossen, Leberflecken, Spröde** und **Röte** im Gesicht und an den Händen und **sonstigen Mängeln** befreit, ist: [83

Bergmanns
Lilienmilch-Seife
von **Bergmann & Co.,**
Dresden und **Zürich.**

Man achte auf obige Firma und Schutzmarke: Zwei Bergmänner. Es existieren bereits wertlose Nachahmungen. **Preis à St. 75 Cts.**

25 JÄHRIGER ERFOLG

15 EHRENDIPLOME
18 GOLDENE MEDAILLEN
[2]

VON DEN MEDICINISCHEN AUTORITÄTEN
ALLER LÄNDER EMPFOHLEN
(H 1 Q)

VERKAUF IN DEN APOTHEKEN UND DROGUEN-HANDLUNGEN.

Stahldraht-Netzmatratzen

neuesten Systems

einzig zu beziehen bei [779

Vital & Stadler, Sent, Engadin.

Bestes natürlichstes Kindernährmittel:

Romanshorner Milch
kondensiert und gründlich sterilisiert.
Reine Kuhmilch. Kein Zuckerzusatz.
Detailpreis 60 Cts. per Büchse.
Verkauf in allen Apotheken und Konservenhandlungen.

Man verlange ausdrücklich **Romanshorner Milch,** event. wende man sich an die Milchgesellschaft Romanshorn. [930

Wasserdichte Herren- u. Damenloden

300 Dessins, 130 cm. 3—9 Fr., **Triumph-Kostüme,** Jaquettes samt Rock, **aus Konkurs, 35 Fr.,** halbgefüttert, nach Mass, 57—85 Fr., Winter- und Regenmäntel 25—55 Fr. Capes, Jaquettes 15—50 Fr., Herrenanzüge, Kaisermäntel, Havelocks, Pfoteurs, Ueberzieher 30—70 Fr., Joppen 25—30 Fr.

Lodenindustrie Jordan & Co., Zürich
beim Bahnhof.

Depot bei **Witwe Christ,** Florastr. 7, in **St. Gallen.** [698

Sage mit 50% Rabatt
wird so lange Vorrat:

KNEIPPS
Gesundheitswäsche

gegen Nachnahme versandt

Hemden	**4.50**	aus gebleichtem Ia Tricot-Leinen, exakt nach Pfarrer Kneipps Vorschrift
Hosen	**3. —**	
Jacken	**3. —**	
Socken	**1.50**	

also **halbe** Preise!

Bad- und Kranken-Wäsche, Tricot- und Reisten-Leinen
im Allein-Depot von: [666

Martin Huber, Gassen, Zürich.

[773]

Eine kleine Schrift über den
Haarausfall u. frühzeitiges Ergrauen
versendet auf Anfragen gratis und franko die Verfasserin Frau **Karolina Fischer,** Boulevard de Plainpalais, **Genf.** [6

Leintücher nur Fr. 2. —, Frauenhemden nur Fr. 1. 60 Frauennachthemden Fr. 2. 95, Nachtjacken Fr. 2. 50, Damenhosen Fr. 1. 65, Unterröcke Fr. 1. 65, Kissenanzüge (Kölsch) Fr. 1. 20, alles eigene Fabrikation und gute Ware. **Erstes schweiz. Damenwäsche-Versandhaus**

Keine Hausfrau versäume, Muster zu verlangen; niemand kann gleich gute Ware billiger liefern! [772] **R. A. Fritzsche,** Neuhausen-Schaffhausen.

Weihnachts-Ausstellung.

Meine diesjährige Weihnachts-Ausstellung von

Spielwaren

ist fertig gestellt, zu deren Besichtigung ich hiemit höflich einlade. **Günstige Gelegenheit,** jetzt schon in aller Ruhe die Auswahl für Weihnachten treffen zu können.

Wer sich über **Neuheiten** in Spielwaren orientieren möchte oder verhindert sein wird, die Einkäufe persönlich zu machen, lasse sich baldigst den mit **vielen Abbildungen** versehenen **neuen**

Spielwaren-Katalog

kommen; die Zusendung erfolgt gratis und franko. [774

Franz Carl Weber,
Spielwarenhandlung en gros und en détail,
mittlere Bahnhofstrasse 62, zum „Gessnerhof", Zürich.

Firma gefl. nicht zu verwechseln.

Unentbehrlich für jeden **Haushalt**
sind **Phönix-Holz- und Kohlenanzünder.**
Kein Petrol mehr! Pakete von 60 Stück für 30 Cts. in Spezereihandlungen, Konsumvereinen etc. erhältlich. Wiederverkäufer gesucht. Muster und Preis-Courant gratis. (H 2500 G) [692 **Fabrik J. Hofstetter, St. Gallen.**

H. RUEGG-PERRY

39 Vadianstrasse — St. Gallen — Vadianstrasse 39

beehrt sich zu offerieren:

Linoleum am Stück in 180, 270, 360 cm. Breite,
Linoleum Milieux, 183×230, 183×275, 230×275, 230×320, 275×366 cm.,
Linoleum Läufer, 67, 90, 114 cm.,
Linoleum Vorlagen, 91×50, 105×50, 100×60, 114×68, 180×90 cm.,
nebst **Plüsch-, Tapestry-, Kokos-** und **Jute-Teppichen** aller Art.

Telephon. [880

Richters Anker-Steinbaukasten.

Das belehrendste, dauerhafteste, schönste Spiel für Jung und Alt.

Neu erschienen! **Fünf Geduldspiele:**
Ei des Columbus!
Zornbrecher!
Blitzableiter!
Grillentödter!
Kreuzzerbrecher!

Wenn nicht am Platze erhältlich, verlangen Sie mit Postkarte das illustrierte Buch:
„Kindes liebstes Spiel!"

Zusendung gratis und franko durch [206

F. Ad. Richter & Co., Olten.

MÜLLER & BERNHARD'S
reiner, leichtlöslicher **CACAO**
in **BÜCHSEN** unübertroffener Qualität
von 1/2, 1/4 & 1/8 Kº und offen überall zu haben
(M 10262 a Z) [710]

Direkte Sendungen an die **bekannte erste**

Kleiderfärberei u. Chem. Waschanstalt

von **H. Hintermeister** in **Zürich**

werden in **kürzester Frist sorgfältigst** effektuiert und in solider **Gratis-Schachtelpackung** retourniert.

Zur gefl. Benützung **jeder Familie** bestens empfohlen. [740

Gestickte Bandes und Entredeux eigener Fabrikation, mit und ohne Apprêt, in allen Breiten und Preislagen, halte stets in reicher Auswahl auf Lager und stehen Muster und Auswahlsendungen zu Diensten. Gestickte und englische **Gardinen.** Depot der in ihrer Art unübertroffenen **Nähmaschinen** Naumann, Davis, White.

18a St. Leonhardstrasse, **L. Ed. Wartmann,** hinter der Kantonalbank,
ST. GALLEN. [687

Vertreter
für die
Ostschweiz
(ausgenommen
Bezirk Zürich):
A. Rebsamen,
Nähmaschinen-Fabrik in
Rüti
(Kanton Zürich).

Einziger Vertreter
für die Stadt und den Bezirk Zürich:
Hermann Gramann,
Mechaniker,
Münsterhof 20,
Zürich.
[213

Versand für die ganze Schweiz en gros und en détail!

Dauerhaft! — Linoleum und Kork — Staubfrei!

Nur echt englische, beste Ware, erste Marke.
Fabriklager über 150 der courantesten und neuesten Muster!

Korkteppich, warm u. schalldämpfend, 6 mm. dick, 183 cm. br., Fr. 13.50

			Extra Iª	Iª	IIª	IIIª	IVª	Vª
Linoleum:	Breite	183 cm.	Fr. 12.—	10.—	8.—	6.50	5.25	4.75
	„	274 „	„ —	17.—	13.25	—	—	—
	„	366 „	„ —	23.—	—	—	—	—

Abgepasste Vorlagen und Milieux:

Dimensionen:	45×45	50×90	60×90	70×90	70×115	91×137 cm.
Iª Qual.	Fr. 1.50	—	Fr. 4.—	Fr. 4.50	Fr. 5.50	—
IIª „	—	Fr. 1.90	—	—	„ 3.75	Fr. 5.—
Dimensionen:	183×230	183×275	275×230	225×320	366×366 cm.	
Iª Qual.	Fr. 27.—	Fr. 35.—	Fr. 40.—	Fr. 45.—	Fr. 80.—	

Linoleum-Läufer für Korridore und Treppen:

Breiten:	60 cm.	70 cm.	90 cm.	110 cm.	
Iª Qual.	Fr. 2.75	Fr. 3.—	Fr. 4.25	Fr. 5.25	per laufenden Meter.
II. „	„ 1.80	„ 2.25	„ 3.—	„ —	„ „ „
III. „	„ 1.50	„ 2.—	„ 2.50	„ —	„ „ „

Linoleum, Reviver und Linoleum-Cement, p. Büchse Fr. 1. 90, liefern ab **Fabriklager; Versand für die ganze Schweiz.**

Meyer-Müller & Aeschlimann
Winterthur, zum Kasino. **Zürich,** Schifflände 12.

NB. Wir bitten, unsere Linoleums nicht mit der in Bazars u. s. w. angebotenen Ware zu verwechseln. [693

Wasserdicht. — Kork-Linoleum. — Warm. Geruchlos. — Linoleum-Kork. — Elegant.

Bester und billigster - Linoleum - Bodenbelag.

Specialgeschäft für Kinderbeschäftigung.

Carl Kaethner in **Winterthur**
empfiehlt: **Kinderhandarbeiten, Fröbelsche Spielgaben, Materialien für Beschäftigungen, belehrende Spiele, Baukasten, Bilderbücher, feinere Modelliersachen** und **Kindertheater** etc. [705
Preiscourante gratis. — Ansichtsendungen werden bereitwilligst gemacht.

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am dritten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | No. 11 | November 1893

Unser Speisezeddel im Winter.

Mit Beginn der Winterszeit, da die Sonne unsere Erde bloß noch streift, befestigt sich die Herrschaft des Herdfeuers, der Ofen kommt zu seinem Recht. Und wo es gemütlich knistert und sprüht, da treiben auch die fleißigen Küchengeister ihr Wesen. Da wird gedämpft, gekocht und gebraten, als wäre mit dem angebrochenen Winter auch gleichzeitig die rechte Essenslust erwacht.

Die Jagdzeit und die ländlichen Schlachttage bringen so manches in die Küche und auf den Tisch, was der Sommer uns nicht gewährte und was unseren Appetit reizt; dazu kommen die verlängerten Stunden des gemütlichen Zusammensitzens im Hause und — in Gesellschaft ißt und trinkt sich's leicht. Alles zusammen macht, daß man oft beim Essen des Guten allzuviel thut.

Wer sich trotz der rauhen Witterung energisch im Freien tummelt, frische Luft in seine Lungen pumpt und seinen Muskeln gesunde Arbeit verschafft, der wird auch die vermehrte Nahrungszufuhr ohne ersichtlichen Schaden zu bewältigen vermögen. Wo aber all' dieses unterbleibt, wo die stramme Bewegung im Freien fehlt, wo man in oft überheizten Zimmern sich den Tag über sitzend aufhält, seine Nahrung in ungelüfteten Räumen einnimmt und in gar nicht oder nur spärlich ventilirtem Schlafzimmer nächtiget, da liegt eine große Gefahr in unserem winterlichen Speisezeddel und der gesteigerten Nahrungszufuhr.

Diesem Umstande wird eine sorgliche Hausfrau Rechnung tragen. Sie wird die bestehenden Verhältnisse berücksichtigen und alles aus dem Wege räumen, was die Gesundheit gefährden könnte.

Obst in jeder Form darf nicht auf ihrem Tische fehlen und sie wird sich hüten, den mit vermehrter Eßlust Ausgerüsteten viel Schwerverdauliches aufzutragen, ganz besonders dann nicht, wenn sie nach dem

Essen anstatt sich in frischer Luft zu ergehen, sofort die geschlossenen Arbeitsräume wieder beziehen müssen.

Der Gefahr des Uebersättigtwerdens wird vorgebeugt, indem man im Winter die Zwischenmahlzeiten ausfallen läßt und so dem Verdauungsapparate Zeit gönnt, das ihm für einmal Dargebotene gründlich zu verarbeiten.

Als Frühstück im Winter ist für Arbeitende und Kinder ganz besonders die langsam und dick gekochte Habersuppe zu empfehlen. Nebst einem Stück Brot, einem Stück Käse und einem Glas Milch als Beigabe, ist das nicht nur das nahrhafteste, sondern auch das leichtverdaulichste und bekömmlichste Frühstück.

Wo aber die Verhältnisse nur ein Gericht einer Mittagstafel aufzutragen gestatten, da müssen diejenigen Speisen ausgesucht werden, die in sich selbst und für sich allein alle nötigen Bestandteile zum Aufbau des menschlichen Körpers enthalten.

Zu diesen gehört nun in erster Linie die Milch, dann das Habermehl und die Hülsenfrüchte, sowie das Schrotbrot.

Um aber die so nötige Abwechslung in den Speisezeddel zu bringen, sucht man doch auch auf dem Tische des Armen zwei passende Gerichte zusammenzustellen, wo eines das andere in seinen Bestandteilen ergänzt. Das sind z. B. Sauerkraut und Erbsen mit Speck, Fische und Kartoffeln, Suppe und Käse, Mehlspeisen und Obst. Zu Fleisch paßt irgend ein grünes Gemüse oder Kartoffeln. Gute Zusammenstellungen sind auch: Speck mit Rüben, Bohnen mit Kartoffeln, Erbsen mit Kartoffeln, gedörrtes Obst mit Kartoffeln, Buttermilch mit Brot, Kässuppe und Kartoffeln, Linsenbrei mit Kartoffeln, gelbe Rüben mit Reis, Mais mit Obst u. s. w.

Auch bei diesen einfachsten Zusammenstellungen des Speisezeddels finden sich alle Bedingungen zur ausreichenden Ernährung des menschlichen Körpers erfüllt.

Da wo die Verhältnisse einen reichhaltigeren Speisezeddel gestatten, muß ebensosehr auf eine zweckmäßige Zusammenstellung gesehen werden, um eine einseitige Ernährung zu verhüten. Die Eiweiß-, Fett-, Zucker- und Mineralstoffe müssen in einer Mahlzeit in richtigem Verhältnis vertreten sein.

Ein arbeitender Mann bedarf täglich 118 g Eiweiß-, 56 g Fett und 500 g Stärke.

Daß auch eine scheinbar ärmliche Nahrung für den Menschen ausreichend ist, das beweist folgende Zusammenstellung:

		Eiweiß	Fett	Stärke
Zum Frühstück und Znüni	600 g Brot, Kaffee, Milch, Fett, Salz	52 g	30 g	328 g
Mittags	1/6 kg Erbsen	40 g	1 2/3 g	100 g
	Speck	1 g	21 g	—
Abends	1/2 kg Kartoffeln	10 g	1/3 g	100 g
	Magerkäse	17 g	3 g	3 g
		120 g	56 g	531 g

Es liegt demnach auf der Hand, wie viel der Mensch im ganzen über seinen eigentlichen Nahrungsbedarf genießt, wie viel er bei guter Einteilung ersparen könnte, und wie nahe die Gefahr liegt, durch Aufnahme eines Ueberschusses an den nötigen Nährstoffen den Körper, d. h. die Verdauungsorgane übermäßig zu belasten und hierdurch zu erkranken.

Die Nahrung, die in frischer, reiner Luft eingenommen wird, wird viel vollständiger verdaut und vom Körper aufgenommen, als die in schlechter Luft genossene. Auf dem Speisezeddel der vernünftigen und klugen Hausfrau fehlt daher auch niemals der Artikel „frische Luft", sie sorgt dafür, daß auch in der kalten Jahreszeit das Speisezimmer zu jeder Mahlzeit reichlich damit versorgt werde.

Wie soll man feuern und einheizen?

1) Bevor man zum Feueranmachen Brennmaterial in den Feuerraum einführt, überzeuge man sich davon, daß derselbe gehörig rein sei. Alle etwa noch vorhandenen Rückstände früherer Feuerung sind zu entfernen.

2) Der Ascheraum soll ebenfalls rein sein; derselbe muß auch während des Feuerns geleert werden, wenn er mehr als zur Hälfte mit Asche gefüllt ist.

3) Die als Brennmaterial verwendeten Kohlen sollen die Größe eines Hühnereies nicht überschreiten und in möglichst gleichgroßen Stücken und trockenem Zustande eingebracht werden.

4) Beim Feueranmachen ist der hintere Teil (etwa zwei Drittel) des Rostes mit Brennmaterial zu bedecken. Das zur Entzündung der Kohlen bestimmte Holz ist nebst einigen wenigen Kohlenbrocken vor die Kohlen zu legen.

5) Das Holz soll gut getrocknet und zerkleinert sein.

6) Nach dem Anzünden des Holzes ist die Feuerthüre zu schließen. Ist die Kohle durch das Holzfeuer entzündet, so ist auf die Entwicklung

und Erhaltung einer stetigen, lebhaften Flammenbildung besonders zu achten, da sonst die aus dem erwärmten Brennmateriale sich entwickelnden Gase unverbrannt entweichen und Rauch und Ruß erzeugen.

7) Sind sämtliche Kohlen in guten Brand geraten, so sind die glühenden Kohlenstücke möglichst gleichmäßig auf dem Roste auszubreiten. Während des Feuerns ist die zur Unterhaltung des Feuers nötige Verbrennungsluft vorwiegend nur durch die Ascheraumthüre, den Ascheraum und den Rost, also von unten her, in das Brennmaterial einzuleiten. Die richtige Regulierung der Verbrennungsluft ist das Wesentlichste zur Erzielung einer guten und sparsamen Verbrennung.

Zu viel Luft oder Luftzutritt an falscher Stelle, z. B. vorwiegend nur durch die Ofenthüre, kühlt den Feuerraum zu sehr ab, verhindert dadurch eine gute, vollkommene Verbrennung der Gase und des Brennmaterials und verteuert die Feuerung. Je größer und stärker das Feuer ist, desto mehr Luft muß von unten her zugeführt werden. (Mehr Zug, wie man hier zu Lande sagt.)

8) Ist das Feuer im Niederbrennen, so ist weniger Luft zur vollkommenen Verbrennung erforderlich; es müssen deshalb zur Vermeidung von Wärmeverlusten die Zutrittsöffnungen entsprechend geschlossen werden.

9) Bei Verwendung von Steinkohlen, die in der Hitze teils leicht zerfließen, teils leicht zusammenbacken, empfiehlt es sich, ein Viertel bis ein Drittel gute Braunkohle (auch Coaks) zwischen die Steinkohle zu mischen, weil diese das gleichmäßige Ausbrennen der Steinkohlen befördert und ein Zusammenbacken der einzelnen Stücke verhindert.

10) Von Zeit zu Zeit muß man sich von dem Verlaufe des Feuers überzeugen; ob derselbe ein guter, läßt sich zunächst an einem gleichmäßig rötlichen Scheine im Aschenraum erkennen. Ist das Feuer nicht ganz in Ordnung, so hebe man die brennenden Kohlen etwas und entferne Asche und Schlacken.

Zusammengebackene Teile des Brennmaterials zerkleinere man und breite darauf die ganze Masse brennender Kohlen wieder gleichmäßig auf dem Roste aus.

11) Unterläßt man das rechtzeitige Entfernen der Schlacken, so zerstören dieselben leicht die Roststäbe und die Seitenwandungen des Feuerraumes. Außer dem Schadhaftwerden des Feuerraumes wird dann aber auch die Leistung der Feuerung eine verminderte werden, welche durch Nachwerfen von Brennmaterial allein nicht vermieden werden kann. Die rechtzeitige Entfernung der Schlacken hat eine Ausnutzung der Kohlen, also Ersparniß an denselben zur Folge.

12) Zu häufiges und zu langes Oeffnen der Feuerthüre stört den Brennprozeß und muß deßhalb vermieden werden.

13) Ist die Kohle beinahe verbrannt und soll das Feuer weiter unterhalten werden, so hebe man die glühende Masse mit dem Schürhaken etwas in die Höhe, zerteile sie, entferne von ihr die Schlacken und schiebe sie gleichmäßig verteilt auf den hintern Teil des Rostes (etwa zwei Drittel desselben); den vordern Teil des Rostes (etwa ein Drittel desselben) mache man für die nachzulegenden Kohlen frei.

14) Die nachzulegenden Kohlen dürfen nie auf die glühenden Kohlen geworfen werden, sondern lediglich an die glühenden Kohlen, auf den nach Punkt 13 hergestellten freien vorderen Teil des Rostes.

Durch diese Handhabung wird eine Vorwärmung der frisch zugeführten Kohlen erzielt und die sich entwickelnden Gase werden gezwungen, über die glühenden Kohlenschichten hinzustreichen und dabei zu verbrennen. Zugleich wird auch der oft lästige Geruch vermieden. Haben sich die frisch angelegten Kohlen genügend entzündet, so sollen sie gleichmäßig über den Rost verteilt werden.

15) Fette, Harze und dergleichen einzubringen, vor allem aber Petroleum in den Feuerraum einzugießen, sowie Holz, welches mit Petroleum getränkt, zum Feueranmachen zu verwenden, ist unbedingt zu unterlassen. Die im Handel vorkommenden „Feueranzünder" können unbedenklich verwendet werden.

Der Honig als Heil- und Nahrungsmittel.

Zu Kaiser Augustus kam einst ein hundertjähriger körperlich und geistig noch rüstiger Mann. Auf die Frage des hohen Gastfreundes, womit der Greis die Lebhaftigkeit seines Geistes und Körpers bewahre, antwortete dieser: Inwendig mit Honigwein, auswendig mit Oel. Der Naturforscher Plinius nennt den Honig den süßesten, feinsten und gesundesten Saft. Zahlreich sind die Zeugnisse, daß die Alten den Honig als Nahrungsmittel, besonders aber als Heilmittel hochschätzten. Heute ist der Verbrauch des Honigs in ganz ungerechtfertigter Weise zurückgedrängt, obschon er seinen Ruf als Heilmittel gegen gewisse Krankheiten stets noch hochgehalten hat. Der Zucker hat seiner Billigkeit und Bequemlichkeit wegen den Honig aus dem Felde geschlagen, auch dort, wo der Zucker eigentlich Schaden anrichtet: in der Kinderstube und am Krankenbett. Dorthin gehört der Honig. Hören wir, was Dr. Hürlimann, Arzt in Zug, darüber sagt: Was den Honig besonders auszeichnet, ist seine leichte Verdaulichkeit, denn derselbe kann ohne Veränderung und Umarbeitung durch die Verdauungssäfte gleich in's Blut übergehen und als kräftiger Wärmebildner verwendet werden. Dieser enorme Vorteil berechtigt die Verwendung des Honigs am Familientisch und besonders in der

Krankenpflege. In welcher Verlegenheit befinden wir uns oft, wenn wir den Fiebernden oder Genesenden, deren Verdauung gewöhnlich sehr gestört ist, kräftig ernähren sollen! Wahrlich! Die Auswahl unter den leicht verdaulichen Stoffen ist eine geringe. Zu den passenden Gerichten zählen wir aus voller Ueberzeugung den unverfälschten Honig und bedauern lebhaft, daß seine Anwendung zur heutigen Stunde so beschränkt geblieben ist.

Der Zuckerbedarf des menschlichen Körpers ist sehr bedeutend. Ein großer Teil des Brodes, der Kartoffeln ꝛc., die wir genießen, wird durch die Verdauungstätigkeit in Zucker verwandelt, d. h. die Stärke, welche in diesen Nahrungsmitteln enthalten ist, wird übergeführt durch Zutritt der Verdauungssäfte in die sogenannte Dextrose, eine Zuckerart, die wesentlich zur Erwärmung des Körpers dient. Der gewöhnliche Zucker ist nun aber keine solche Dextrose, sondern muß erst durch eine mühsame Magentätigkeit verarbeitet, verdaulich gemacht werden. Daß diese Tätigkeit den Magen anstrengt, beweist die hinlänglich erhärtete Tatsache der Verdauungs- und Magenbeschwerden bei Kindern und gelegentlich auch bei Erwachsenen infolge starken Genusses von Zuckerwerk. Kinder jedoch bedürfen bei ihrem starken Stoffwechsel beträchtliche Mengen Zuckerstoffs und ihr heftiges Begehren nach Brod und Zucker ist ein durchaus natürliches. Zur Befriedigung dieses Verlangens nach Süßigkeit eignet sich nun Honig vorzüglich. Derselbe ist eine Zuckerart, welche derjenigen gleich ist, die der Magen aus dem Stärkegehalt des Brodes und der Kartoffeln bereitet, stellt also an die Verdauungsorgane sehr geringe Anforderungen und geht sehr leicht und rasch in's Blut über. Aus diesem Grunde ist der Honig, der unverfälschte, als Versüßungsmittel für Säuglinge beim Entwöhnen, für Kinder überhaupt, sowie für Kranke und Genesende höchst empfehlenswert. Ein deutscher Arzt, Dr. Boerner zu Hattersheim, empfiehlt 2 %ige und 5 %ige Mischungen, ein Mischungsverhältniß, das ein deutlicher Fingerzeig ist, wie unvorsichtig wir oft im Gebrauch von Zucker bei Kindern und Kranken umgehen, da wir wohl meist einen viel höheren Prozentsatz von schwer verdaulichem Zucker beigeben, als Dr. Boerner für den leicht verdaulichen Honig angibt. Für Fiebernde empfiehlt der genannte Arzt ebenfalls 2—5 %iges Honigwasser als ein äußerst erfrischendes und stärkendes Getränk, und die Frage, ob Zucker oder Honig, entscheidet er in folgenden Worten: Vor allen Dingen möge man sich aber in der Küche, bei Tisch, in der Kinder- und Krankenstube daran erinnern, wenn man im Begriffe ist, zur Zuckerdose zu greifen, welchen vorzüglichen Schatz wir in unserem Honig besitzen.

Reiner und ächter Honig, wie er mit den Schleudermaschinen aus den Waben gewonnen wird, ist meist aromatisch wegen der in ihm ent-

haltenen feinen Oele; die sogen. Ameisensäure, welche die Bienen beimischen, gibt ihm etwelche Schärfe, wirkt aber antiseptisch. Diese Schärfe, welche nicht jedermann behagt, verliert sich durch kräftiges Aufwärmen. Echter Honig kandiert oder krystallisiert, wird fest. Durch leichtes und langsames Aufwärmen gewinnt er wieder die flüssige Gestalt, ohne an Gehalt einzubüßen. Der Frühlingshonig, meist Blütenhonig, ist hell- bis goldgelb, äußerst kräftig und aromatisch. Der Sommerhonig, meist Waldhonig, ist grünlich dunkel, weniger aromatisch, aber durch seinen Gehalt an Schleimzucker wirksam auf die durch Katarrh angeschwollenen Schleimhäute des Mundes, des Halses ꝛc. Für Kinder, für Jünglinge und Jungfrauen in schneller Entwicklung, wobei sich leicht Bleichsucht, selbst Anzeichen von Schwindsucht zeigen, kann ächter Honig nicht genug empfohlen werden.

Für Küche und Haus.

Auch in dem gastfreiesten Hause werden unerwartete Mittagsgäste von Seite der Hausfrau meist mit ziemlich gemischten Gefühlen empfangen. Verlangt man doch von ihr, daß sie für den unvorhergesehenen Fall Rat schaffe und scheinbar mühelos ein ausreichendes und schmackhaftes Mahl rüste. Allerlei Fleischgerichte sind schnell zu bereiten, nur eine gute Fleischbrühe, die stundenlanges Kochen erfordert, läßt sich nicht so leicht beschaffen. Da bietet denn Liebig's Fleischextrakt die willkommenste Aushülfe. Verschiedenes Grünzeug in Salzwasser gekocht, durch ein Sieb getrieben, mit reichlich Liebig's Fleischextrakt vermischt und zuletzt mit einem Ei abgezogen, ergiebt eine prächtige Suppe, mit der die Hausfrau sicher Ehre einlegen wird.

*

Die Citrone als vielseitiges Hausmittel. In keiner Haus-Apotheke sollte die Citrone fehlen, denn ihr Saft ist von mannigfacher Heilkraft. Entzündungen und Geschwürbildungen heilt der Saft, Verhärtungen zerteilt er, selbst die gegen alle Mittel so hartnäckigen Warzen gehen unfehlbar fort, wenn man Citronenscheiben, die alle 6 Stunden erneuert werden müssen, darauf bindet. Leichte Fieber- und Hitzezustände, Blutwallungen und dergleichen werden durch Citronenlimonade beseitigt. Erkältungen durch dasselbe Mittel, wenn man es mit heißem Wasser bereitet; in allen Fällen ist der Citronensaft schweißtreibend, reinigend, lösend, kühlend und heilend zu gleicher Zeit, daher ein echtes Universalmittel.

*

Altes Zeitungspapier wird von Motten bekanntlich nie angefressen, denn die Druckerschwärze wirkt wie Kampher und es ist deshalb auch vor-

teilhaft, alte Journale unter die Stubenteppiche zu legen, um Mottenfraß zu verhindern. Ebenso bewährt es sich, Pelzwerk, Tuch und dergleichen in Zeitungen einzuschlagen, damit genannte Insekten sie nicht zerstören. — Zeitungspapier wirkt, indem es keine Luft durchläßt, erhaltend auf Artikel, die luftdicht verschlossen sein müssen. — Ein Krug Wasser mit einem Stück Eis darin, läßt dasselbe im heißesten Sommer über Nacht nicht schmelzen, wenn das Gefäß ganz in Zeitungspapier eingehüllt ist.

*

Wanzentod. Ein wirksames Mittel gegen Wanzen und ihre Brut ist Essigsäure, welche man am besten mit einer Glasspritze in die Fugen und Ecken einspritzt; auch die Zapfenlöcher der Bettstellen füllt man mit der Flüssigkeit an. Ein Tropfen Essigsäure tötet die Wanze auf der Stelle. Dieses Mittel ist billiger und besser als Insektenpulver. Vermutet man in Dielenritzen oder hinter den Scheuerleisten Wanzen, so wird die Essigsäure auch dort mit Erfolg angewendet.

*

Möbelpolitur mit Milch. Feine Holzarten, wie Kirsch-, Pflaumen-, Nuß-, Aepfel- und Birnenholz, sowie die festen ausländischen Hölzer, werden am einfachsten durch Milch poliert. Nachdem die Möbel vom Schmutz gereinigt sind, nimmt man Milch, so frisch als möglich, da dann die fetten Teile sich noch nicht abgesondert haben und streicht sie auf das Holz, worauf man mit einem wollenen Lappen so lange reibt, bis alle Feuchtigkeit verschwunden ist. Dieses Verfahren wird mehrere Mal wiederholt. Die Milch hat vor dem Oele den Vorzug, daß sich der Schmutz nicht so leicht an die Geräte hängt, daß sie keinen unangenehmen Geruch verbreitet und daß die Möbel gleich wieder gebraucht werden können. Bei neuen Möbeln wird das Einreiben wöchentlich wiederholt.

Grosse Ersparnis an Butter und Feuerungsmaterial! **Kein lästiger Rauch und Geruch mehr!**

Die Braunmehl-Fabrik

von Rudolf Rist in Altstätten, Kanton St. Gallen,

empfiehlt **fertig gebranntes Mehl,** speciell für **Mehlsuppen,** unentbehrlich zur Bereitung schmackhafter Suppen, Saucen, Gemüse etc.

Grosse Anstalten, Spitäler und Hôteliers sprechen sich über das Fabrikat nur lobend aus. — **Chemisch untersucht.**

Ueberall zu verlangen! In **St. Gallen** bei: A. Maestrani, P. H. Zollikofer z. Waldhorn; F. Klapp, Droguerie; Jos. Wetter, Jakobstrasse; in **St. Fiden** bei: Egger-Voit; Joh. Weder, Langgasse.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen.
Druck von Th. Wirth & Co. in St. Gallen.