Objekttyp: **Issue**

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

Band (Jahr): **19 (1897)**

Heft 3

PDF erstellt am: **27.04.2024**

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

**Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

**http://www.e-periodica.ch**

Nr. 3. 1897.

# Schweizer Frauen-Zeitung.

Neunzehnter Jahrgang.

Organ für die Interessen der Frauenwelt.

**Abonnement.**
Bei Franko-Zustellung per Post:
Jährlich . . . . . Fr. 6.—
Halbjährlich . . . . „ 3.—
Ausland franko per Jahr „ 8.30

**Gratis-Beilagen:**
„Für die kleine Welt"
(erscheint am 1. Sonntag jeden Monats),
„Koch- u. Haushaltungsschule"
(erscheint am 3. Sonntag jeden Monats).

**Redaktion und Verlag:**
Frau Elise Honegger,
Wienerbergstraße Nr. 7.
Telephon 639.

**Insertionspreis.**
Per einfache Petitzeile:
Für die Schweiz 20 Cts.
„ das Ausland: 25 „
Die Reklamezeile: 50 „

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

**Annoncen-Regie:**
Expedition
der „Schweizer Frauen-Zeitung".
Aufträge vom Platz St. Gallen
nimmt auch
die Buchdruckerei Merkur entgegen.

**St. Gallen**

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

**Sonntag, 17. Januar.**

**Inhalt:** Gedicht: Jugendgedenken. — Von einem gewissenlosen Verführer in den Tod getrieben. — Wo wohnt das Glück? — Ethische Glossen zur Frauenfrage. — Nachteile der sterilisierten Milch. — Reinigung der Wände von Krankheitskeimen. — Schutz von jugendlichen und weiblichen Angestellten in New York. — Weibliche Fortbildung. — Was Frauen thun. — Was man beim Einbrechen auf dem Eise zu beachten hat. — Sprechsaal. — Feuilleton: Zwei Schwestern.

**Beilage:** Gedicht: Eislauf im Mondschein. — Erziehungsgrundsätze. — Die Frauen in Indien. — Zur gefl. Beachtung. — Eine tapfere Frau. — Organisierte Dienstmädchen. — Die Ursachen der Selbstmorde. — Neues vom Büchermarkt. — Briefkasten. — Reklamen und Inserate.

## Jugendgedenken.

Ich will spiegeln mich in jenen Tagen,
Die wie Lindenwipfelwehn entflohn,
Wo die Silbersaite, angeschlagen,
Klar, doch bebend gab den ersten Ton,
Der mein Leben lang,
Erst heut noch, widerklang,
Ob die Saite längst zerrissen schon;

Wo ich ohne Tugend, ohne Sünde,
Blank wie Schnee vor dieser Sonne lag,
Wo dem Kindesauge noch die Binde
Lind verbarg den blendend hellen Tag:
Du entschwundne Welt,
Klingst über Wald und Feld
Hinter mir wie ferner Wachtelschlag.

Wie so fabelhaft ist hingegangen
Jener Zeit bescheidne Frühlingspracht,
Wo von Mutterliebe noch umfangen,
Schon die Jugendliebe leis erwacht,
Wie vom Sonnenschein
Durchspielt, ein Edelstein,
Den ein Glücklicher ans Licht gebracht.

In den Waldeskronen meines Lebens
Atme fort, du kühles Morgenwehn!
Heiter leuchte, Frühstern guten Strebens,
Laß mich treu in deinem Scheine gehn!
Rankend Immergrün
Soll meinen Stab umblühn,
Nur noch einmal will ich rückwärts sehn!

Gottfried Keller.

## Von einem gewissenlosen Verführer in den Tod getrieben.

Eine junge, in einer schweizerischen Universitätsstadt wohnende Tochter, deren Mutter mehrere Studenten in Pension hat, erlag den fortgesetzten, systematischen Verführungskünsten eines dieser jungen Männer. Der Verführer ging heim nach Lugano, dem Wohnsitze seiner Eltern, und das seiner Ehre beraubte Mädchen reiste ihm nach. Schnöde von ihm behandelt und zur Verzweiflung getrieben, nahm sie Gift, an dessen Folgen das junge Mädchen sterben mußte. Das Leichenbegängnis des jungen, in den frühen Tod gehetzten, fremden Mädchens, das unter schweren Leiden in einer Gefängniszelle sein gewaltsam zerstörtes Leben beschließen mußte, war eine großartige Kundgebung der Sympathie für das arme Opfer, und zugleich der Entrüstung über die traurigen Grundsätze des gewissenlosen Verführers.

Anschließend an dieses unrühmliche Blatt aus dem Leben eines „gebildeten" jungen Mannes, erhalten wir folgendes Eingesandt:

„Das ‚Intellig. Blatt' erzählt unter der Aufschrift ‚Verdiente Strafe' folgenden Vorfall:

‚Der Student Vegezzi, der sein unglückliches Opfer Ida R. in den Tod getrieben, zeigte sich am gleichen Tage, als diese unter allgemeiner Teilnahme in Lugano begraben wurde, auf einem öffentlichen Balle. Ein Jüngling von edler Gesinnung trat ihm entgegen und wies ihm mit Entrüstung und unter lautem Beifalle der Anwesenden die Thüre.'

Ob es nicht in dieser Beziehung bald besser stände, wenn immer und überall dem Verführer eines unschuldigen Mädchens das Gleiche geboten würde? Einen Mörder erreicht der Arm der Gerechtigkeit; aber derjenige, welcher ein armes Mädchen in Verzweiflung und Tod treibt, geht unbeirrt seine Wege. Es gibt kein Gesetz, das ihn züchtigte. Da ist's wahrhaftig schade, daß nicht das innere Gesetz, das der Schöpfer jedem rechtlichen Menschen ins Herz geschrieben: gerechte Entrüstung zur That wird und den Elenden straft.

Ich erinnere mich eines ähnlichen Falles. Es war Ende der Sechzigerjahre. Damals wurde das sogenannte Maternitätsgesetz, das einem unbescholtenen Mädchen das Recht gab, vor dem Gerichte den Vater ihres Kindes anzuzeigen und diese Anzeige eidlich zu beschwören, in das sogenannte Paternitätsgesetz umgewandelt. Dieses gab dem Manne den Vortritt. Wenn dieser beschwor, er sei nicht der Vater des Kindes, stand das Mädchen wehrlos. In vielen Kantonen der Schweiz gibt es überhaupt kein Gesetz, und das Mädchen hat Schuld und Pflicht allein zu tragen.

Ich erinnere mich genau an eine solche Gerichtssitzung. Ich sehe noch das bewegte Gesicht meines Vaters, der unter den Richtern saß und eine Thräne im Auge hatte. Ich höre noch die Worte des würdigen Präsidenten, der dem Jünglinge den Ernst der Stunde klar legte und dabei auf die arme, junge Mutter zeigte, die ihr Kind im Arme hielt und bleich und zitternd dastand. Der Beklagte schaute nicht hin, der Mut fehlte ihm; aber er erhob vor dem Bildnis des Gekreuzigten und vor den brennenden Kerzen drei Finger und schwur im Namen Gottes, das Mädchen nie gekannt zu haben, — dann ein leiser Schrei, die junge Mutter fiel in Ohnmacht —, das Kind weinte. Im Saale herrschte Totenstille. Die Richter und alle Anwesenden wußten: der Jüngling hatte nicht die Wahrheit geredet.

Einige Zeit nach diesem Falle zeigte sich der Herr auch auf einem Maskenballe; aber umsonst suchte er nach einer Tänzerin. Ueberall wurde er abgewiesen. Die eine Maske rief ihm zu: ‚Gehe hin und wiege Dein Kind.' Die andere sagte: Schämst Du Dich nicht, ein ehrlich Mädchen unglücklich, zeitlebens unglücklich zu machen, das Dir, wenn auch kein Geld, zwei arbeitsame Hände eingebracht hätte' u. s. w. Dann wurden dem braven Jüngling am Rücken Kinderhäubchen, Lätzchen und Strümpfchen angesteckt, — so daß er bald die Thüre fand, ohne daß man sie ihm wies.

‚Quis due faciunt idem non est idem,' sagten die alten Römer. Nirgends tritt die Wahrheit dieses Sprichwortes schroffer zu Tage als in der Art und Weise, mit der im allgemeinen der Fehltritt des Mannes und der des Weibes beurteilt wird. Daß es so ist, daran sind die Frauen selbst schuld. Sie erheben gewöhnlich zuerst den Stein und werfen ihn auf die gefallene Schwester. Der Mann — nun — der Mann, das ist etwas ganz anderes, dem verzeiht man leichter; da heißt man Schwäche, menschliche Schwäche, was man beim Mädchen anders nennt!

Wir werden diese Uebelstände durch nichts bessern als durch stramme Erziehung unserer Söhne. Wir Mütter sollen von Jugend auf dem Knaben Ehrfurcht vor dem weiblichen Geschlechte einflößen. Wir sollen ihn lehren, seine Schwester und deren Gespielin zu achten, sei letztere nun die Tochter eines Bankiers oder die des ärmsten Fabrikarbeiters. Diese wie jene soll er mit keinem Worte, mit keinem Blick verletzen.

Warum wird dem Knaben der Gedanke, daß ihm mehr durchgehe als dem Mädchen, daß er es mit der Moral nicht so genau nehmen müsse wie dieses, anerzogen?

Hat dein Knabe eine Lüge auf den Lippen, findest du ihn weniger schuldig, und strafst du ihn weniger streng als seine Schwester? Keineswegs. Du bist gerecht und strafst beide gleich. Warum hältst du nicht beide gleich, was die Moral betrifft, und warum übst in dieser Beziehung Nachsicht, wenn der Knabe Jüngling geworden? Von deiner Tochter verlangst du strenge Tugend, und vom Sohne? Was berechtigt dich, vom Sohne weniger strenge Tugend zu verlangen?

O Mutter! Wenn für deinen Knaben die Jünglingsjahre nahen, scheue dich nicht, sprich mit ihm über die Gefahren, die seiner warten. Frage ihn, was er thun würde, wenn eine freche Hand seine Schwester, die schöne, reine Mädchenblüte knickte. Er wird die Fäuste ballen und mit zornesblitzenden Augen vor dir stehen. Dann sage ihm: ‚Jedes arme Mädchen hat einen Bruder, der ähnliche Gefühle hegt wie du — und hat es keinen, hat es vielleicht eine Mutter, deren Stolz und Stütze sie ist. Ehre die Jungfrau und schütze sie überall!' Er wird dich verstehen, dein Sohn. Glaube mir, er versteht dich voll und ganz, und in der Stunde der Versuchung und wenn böse Gesellschaft ihn lockt, wird er an deine Worte denken.

Ich hörte einst eine gebildete Frau und gute Mutter sagen: ‚Meine Tochter verheiratet sich. Ich bin froh, ihr Bräutigam hat das Leben hinter sich, er hat sich ausgetobt, jetzt wird er erst ein guter Ehemann werden.'

Mir stieg das Blut in die Wangen. Ist's möglich, daß eine sonst recht denkende Frau so sprechen kann und die gefährliche, doppelte Moral so sehr in Fleisch und Blut übergeht, daß man sie ganz natürlich findet.

Ich erklärte der Frau, daß sie sich sicher irre. Nur ein sittenreiner Jüngling, der um ein reines Mädchen wirbt, wird diesem Mädchen ein treuer, zuverlässiger Gatte und seinen Kindern ein liebender, gewissenhafter Vater werden. Die ihren künftigen Schwiegersohn so mild beurteilende Mutter hat leider erfahren, daß ihre Tochter an dem ‚ausgetobten Gatten' keinen Halt hatte.

Wacht auf, ihr Mütter! Bewacht und beschützt eure Söhne! Erzieht sie, daß sie eines Weibes Schirm und Hort und treuer Führer werden. — Sie werden es nur dann, wenn sie einer keuschen Braut fest ins Auge schauen und sich sagen können: ‚Ich bin deiner wert.'

Die Landesväter beraten einen neuen Kodus. Es soll darin der unterdrückten Frau, dem verführten Mädchen besser zu seinem Rechte verholfen werden; aber alle Gesetzbücher sind umsonst, wenn ihr Mütter nicht das heilige, ewige Gesetz, die Unschuld zu achten, eueren Söhnen ins Herz schreibt."

Frau L. Sch.-A.

## Wo wohnt das Glück?

Ihr denkt wohl, im Palast, wo Reichtum, Pracht und Ehre herrschen? Ich aber sage: bei Liebe, Frieden und Eintracht wohnt das Glück.

Weihnachten und Neujahr sind Zeitabschnitte, welche dem Menschen so recht das Bewußtsein bringen, welch großes Glück ein schönes, harmonisches Familienleben ist. Es scharen sich da die Kinder um den Christbaum. Das Geben und Nehmen erzeugt ein seliges Gefühl. Die Neujahrswünsche sind nicht leere Worte, denn sie kommen von Herzen. Vergangenes Leid und Schmerz werden vergessen. Man lebt der Gegenwart und ist voll Dank für die guten Gaben, welche uns der Schöpfer verliehen hat. Das Gefühl der Zusammengehörigkeit wird befestigt. Es ist ein schöner Anblick, so freudige Gesichter und strahlende Augen zu sehen. Dies das Bild eines glücklichen Familienlebens, ob es in bescheidenen oder in glänzenden Verhältnissen erlebt wird.

Doch betrachten wir auch die Kehrseite — andere Verhältnisse. Wie traurig und bang legt es sich denen aufs Herz, welche keine Familie haben, arm, allein, verlassen oder krank sind und das Nötige entbehren müssen.

Die Zeitverhältnisse werden immer schwieriger, und das Familienleben, welches alle Glieder mit Liebe zusammenhält, wird immer mehr und mehr gelockert. Es ist deshalb zu befürchten, daß mit der Zeit dies schöne, beglückende Verhältnis nach und nach stirbt. Der Kampf um das Dasein erfordert die ganze Kraft des Menschen. Immer mehr tritt der Egoismus in den Vordergrund.

Gibt es kein Mittel, ein so hohes Gut, wie ein schönes Familienleben es ist, zu erhalten?

Alles ändert mit der Zeit. Vergleichen wir unsere Hausführung mit der unserer Großmütter. Wie viel hat sich da verändert! Wie verschieden sind schon die Koch- und Feuereinrichtungen geworden. Die Näh- und Stickmaschine hat schon lange das Spinnrad verdrängt u. s. w. Die Beschäftigung der Frau ist eine andere geworden.

Von den oberen Ständen will ich jetzt nicht sprechen. Diese haben die Mittel, sich ihr Leben nach Belieben zu gestalten. Ich nehme eine Frau aus dem Arbeiterstand zum Vorbild. Früh verläßt sie ihr Lager; in Eile besorgt sie für Mann und Kind das Nötige, damit sie rechtzeitig fort, ihrem Verdienst nachgehen kann. Oft kommt sie mittags schon müde von schwerer Arbeit heim. Sie kocht schnell ein karges Mahl, damit sie wieder rechtzeitig in fremdem Haus ihre Arbeit aufnehmen kann. Bei der Heimkehr am Abend darf sie, wenn sie Ordnung und Reinlichkeit liebt, sich nicht die nötige Ruhe gönnen. Sie muß bis spät in die Nacht nachholen, was sie am Tage nicht in Ordnung bringen konnte. Ihre Müdigkeit und Schwäche darf sie nicht achten. Manche arme Frau hat auch noch kleine Kinder zu besorgen. Es ist ihr aber nicht möglich, denselben die nötige Pflege und Aufsicht zu gewähren. Kommen Krankheiten, dann fehlt ihr noch die Nachtruhe. Sie schafft und sorgt Tag und Nacht.

Kann eine Frau all dies lange ertragen, ohne daß ihre Gesundheit, ihre Lebensfreude und die Zufriedenheit in die Brüche gehen? Ist dies ein menschenwürdiges Dasein? Ist eine Frau nicht zu bewundern, wenn sie trotzdem tapfer aushält, so lange die schwachen Kräfte es erlauben.

Der Mann, der Herr der Schöpfung, hat es gewöhnlich in dieser Beziehung viel besser. Wenn er seine Arbeitszeit vollendet, hat er Feierabend. Dies sollte der Frau auch gewährt sein. Wie ist dies aber unter gegenwärtigen Verhältnissen möglich?

Der Mann vermißt das Familienleben, welches er sich wohl früher träumte. Dafür hat er nur Kummer, Sorge, Klagen, Mangel und Elend gefunden. Er geht ins Wirtshaus und sucht sich dort zu entschädigen. Ist dies nicht auch ein Bild aus jetziger Zeit?

Wie kann und soll solchem Leben durch andere Einrichtungen abgeholfen werden? Wäre es nicht besser, wenn öffentliche Kosthäuser entstünden, wo solche Familien gesunde, einfache, genügende Kost zu billigem Preis erhalten könnten? Es ist bekannt: was im großen angeschafft und verwendet wird, stellt sich billiger. Ebenso das Brennmaterial und die Arbeitszeit. Dann fänden solche Frauen doch auch wieder Zeit, sich mehr der Familie zu widmen. Geist und Körper könnten sich erholen, und die ganze Familie bekäme eine der Gesundheit zuträgliche Nahrung. Der Mann würde weniger ins Wirtshaus laufen, und das Geld könnte dem Wohl der Familie zu gut kommen.

Die Volksbibliotheken sind auch eine schöne Neuerung. Wenn der Vater abends vorliest, und die Mutter mit einer Handarbeit beschäftigt zuhört, und die Kinder nur Gutes hören und sehen, da würde in manche Familie ein neuer Geist einziehen, welcher Glück heißt.

Zerrüttete Familienverhältnisse drängen unwillkürlich den Gedanken auf: Wie kann da Linderung oder Besserung für die arme Frau geschaffen werden? Einsichtsvolle Männer und praktische Frauen finden doch sicher einen Weg, der zum Bessern führt.

Wie schmerzlich muß es solch einem armen Mutterherzen sein, wenn es ihm nicht einmal vergönnt ist, an Festtagen, wie Weihnachten und Neujahr, wo Jubel und Friede herrscht, am heimatlichen Herd zu sein und aus eigenen Mitteln ihren Angehörigen eine Festfreude bereiten zu können. Und wenn der Mann dann noch betrunken heimkommt, und dadurch Streit und Zank entsteht, ist es für die Frau nicht zum Verzagen?

Das Leben ist prosaisch. Ideale werden in die Rumpelkammer geworfen und verlacht. Der Egoismus wird allem vorgeschoben. Wenn das liebe eigene „Ich" weich gebetet ist und Ehre und Ansehen nicht fehlen, dann mag die Welt aus den Fugen gehen, was geht ihn das an? Doch nein! So steht es nicht! Es gibt noch viel gute Menschen, welche ein fühlendes Herz und eine offene Hand haben und viel zur Linderung der Not und der Armut thun. Manche möchten auch gerne mitarbeiten; sie wissen nur nicht, wo und wie dies anzufangen ist.

Alle Menschen streben nach Glück; jeder hat die gleiche Berechtigung. Wenn wir andere beglücken, fühlen wir uns auch dadurch erfreut. Die Teilnahme, die Fürsorge, freundliche Worte und das Gefühl, daß wir von Herzen gerne helfen wollen, ist für die Betreffenden schon eine Wohlthat.

Frau K. Fr.

## Ethische Glossen zur Frauenfrage.

(Fortsetzung.)

Viel, viel schlimmer als die einsame Jungfer, ist die in unseren Tagen nicht seltener werdende Frau daran, die, von einem gewissenlosen Manne verlassen, mittellos mit einer Schaar Kinder dem Elend gegenübersteht! — Welcher Vater weiß denn, ob nicht seine Tochter eines Tages in solche Lage kommen kann? — Dagegen aber gibt es nur eine einzige unbedingt zuverlässige Versicherung (Vermögen und sociale Stellung sind wandelbar!), das ist die Fähigkeit, sich selbst zu ernähren; dazu muß man jedoch in der Jugend etwas gelernt haben. — Ich habe es nie begreifen können, wie nicht jeder sorgliche Vater auf alle Fälle auch seine Töchter etwas lernen läßt, was sie vor Not und Abhängigkeit schützen kann.

* * *

Die untergeordnete Erziehung der Frau, die schlecht bezahlte Frauenarbeit, die Versperrung leichterer Berufsarten, das steigende Cölibat der Männer, die Anforderungen der Mode als Mittel des Männerfangs — das sind die Quellen des größten Zeitübels, der Prostitution, jenes Uebels, das in seiner fortdauernden Steigerung die Institution der Familie untergraben muß, das uns mit unserer vielgerühmten Monogamie kulturell niedriger stellt als die polygamischen Völker.

Der Prozentsatz derjenigen Weiber, die sich aus Neigung jenem schändlichen Berufe hingeben, ist ein verschwindend geringer; diejenigen, bei denen es der Fall ist, sind an sich abnorm und gehören in Besserungsanstalten. — Die Mehrzahl unterliegt der Not und der Verführung.

* * *

Der Verführung! — Wie hoch und gerecht sind doch noch unsere socialen Begriffe! — Der Mann, der ein armes Wesen um sein Lebensglück betrügt, unterliegt für dieses Verbrechen an sich keiner gesetzlichen Bestrafung und gilt in socialer Hinsicht gar oft noch als ein Held! Das Weib dagegen wird in den Pfuhl der Verachtung hinabgestoßen. — Aber wo es keine Verführer gibt, da gibt es auch keine Verführten.

* * *

Die Stellung der Juristen, zumal in Deutschland, hat sich in jüngster Zeit gegenüber der Frauenfrage erheblich verschärft. Die Agitation gegen das bürgerliche Gesetzbuch erscheint den Herren als ein frecher Eingriff in ihre privilegierte Sphäre. Wie!? In die geheiligte Rechtsordnung, wie sie sich seit den Römerzeiten durch die ausschließliche Weisheit der Männer so herrlich entwickelt hat, wagen es jetzt die Weiber, hineinzureden! — Dagegen bäumt sich das in sechs Semestern geschulte männliche Empfinden auf. Kommt dann hinzu, daß die Vertreterinnen der Frauenrechte aus Mangel an Sachkenntnis und im Uebereifer manchmal über die Stränge schlagen, so zeigt sich doch ganz offenbar, daß das Recht gänzlich auf Seiten der Männer ist. — O heilige Logik!

* * *

Zu allen Zeiten sind humane Fortschritte von den Privilegierten bekämpft worden. Der Grieche konnte sich die Welt nicht denken ohne Sklaven, der Feudale des Mittelalters nicht ohne Leibeigene; bis zur französischen Revolution hielt der Adelige den Bürger für ein Wesen zweiter Klasse; der amerikanische Baumwollpflanzer bezeichnete die Agitation für Befreiung der Neger als einen Eingriff in die göttliche Weltordnung; der konservative Spießbürger der Gegenwart betrachtet den Kampf der Arbeiter um ihre Rechte als eine freche Empörung: warum sollte nicht der deutsche Jurist in seiner Mehrheit die Hörigkeit der Frau als eine ewige Einrichtung ansehen?

(Schluß folgt.)

## Nachteile der sterilisierten Milch.

Nachdem lange Zeit die sterilisierte Milch von ärztlicher Seite als das Nonplusultra der Kleinkinderernährung angepriesen war, kommt die „Fundgrube" mit einer von ärztlicher Seite erfolgten Verurteilung der sterilisierten Milch als Nahrungsmittel für Säuglinge: „Es ist von den Aerzten beobachtet worden, daß die dauernde Ernährung der Säuglinge mit sterilisierter Milch manchmal die ‚Barlowsche Krankheit', eine Art Skorbut, verursacht. Es scheint, daß die Milch beim Sterilisierungsprozeß oft erheblich chemisch verändert wird, so daß sie nicht mehr die Nahrkraft der frischen Kuhmilch hat. Jedenfalls wird ihre Verdaulichkeit geringer. So tritt eine Ernährungsstörung, eine Erkrankung des gesamten Stoffwechsels ein, die zu Blutarmut u. s. w. führt. Daß die sterilisierte Milch an diesen Zuständen schuld ist, ergibt sich daraus, daß das Befinden der Kinder sich schnell bessert, wenn man ihnen keine sterilisierte Milch mehr gibt. So hat man also die Milch, indem man sie in nervöser Bakterienfurcht von Bakterien befreien wollte, aus dem gesundesten Nahrungsmittel zu einer Art Gift für den Kindeskörper gemacht. Wieder ein Beweis, wie kurzsichtig moderne Erfindungen auch auf dem Gebiete der Hygieine heute betrieben werden.

## Reinigung der Wände von Krankheitskeimen.

Durch Abreiben der Wände mit weichem Brot werden diese nicht nur von Staub und Schmutz, sondern auch von Krankheitsstoffen gereinigt. In der Zeitschrift für Hygieine berichtet der Assistent am hygieinischen Institute in Leipzig, Dr. Esmarch, über Versuche, wie man am besten die Zimmer reinigt, in welchen sich längere Zeit Personen, mit ansteckenden Krankheiten behaftet, aufhielten und bezeichnet als bestes Mittel Abreiben der Wände mit Brot. Esmarch zerschnitt frisches Roggenbrot in handgroße Stücke, die an der harten Rinde noch eine dünne Schicht weiche Krume hatten. Nach einmaligem Abreiben war in drei Fällen unter zwölf die Wand völlig frei von Krankheitskeimen, nach zweimaligem Abreiben fanden sich nirgends mehr Keime. Da ferner das Aussehen der Wände durch das Abreiben nicht leidet und dieses durch ungeschulte Personen ausgeführt werden kann, so ist dieses Verfahren besonders empfehlenswert. Ein mittelgroßes Zimmer von 5 Meter Länge und drei Meter Höhe, an dessen Wänden gegen 979,200 Keime haften, würde etwa für Mk. 2.65 Brot beanspruchen. Beim Reiben ist darauf zu achten, daß die abfallenden Brotkrumen sorgsam entfernt und durch Verbrennen unschädlich gemacht werden. Selbstverständlich ist das Brot mit den Pilzkeimen sofort zu verbrennen.

## Schutz von jugendlichen und weiblichen Angestellten in New York.

Zum Schutze von jugendlichen und weiblichen Angestellten in Modemagazinen, Warengeschäften, Bazaren u. s. w. hat der Staat New York gesetzliche Bestimmungen erlassen. Demnach dürfen in solchen Geschäften Kinder unter 14 Jahren überhaupt nicht beschäftigt werden, Knaben unter 16 und Mädchen unter 21 Jahren nicht länger als 10 Stunden täglich oder 60 Stunden wöchentlich, auch nicht vor 7 Uhr morgens oder nach 10 Uhr abends. Nur während der Weihnachtszeit sind Ausnahmen zulässig. Außer entsprechenden Waschanstalten u. s. w. müssen in den Läden Sitzgelegenheiten für die Angestellten vorhanden sein, Mädchen dürfen in Kellerräumen nur beschäftigt werden, wenn solche ausreichend gelüftet und erleuchtet sind. Mittags hat für jeden Angestellten eine Pause von mindestens 45 Minuten einzutreten. In jedem Geschäft muß ein Verzeichnis der Angestellten mit Angabe von Alter, Geburtsort und Wohnung geführt werden. Jeder jugendliche Angestellte in solchen Geschäften muß auf Grund eines amtlichen Zeugnisses für gesund erklärt worden sein und den erforderlichen Schulunterricht genossen haben.

## Weibliche Fortbildung.

**Vom 20. Januar bis 20. April wird in Schiers,** Kanton Graubünden, ein Kurs in der gesamten Haushaltungskunde, inbegriffen sämtliche weibliche Handarbeiten, abgehalten.

**Mit Neujahr sind in Gelterkinden,** Baselland, folgende Kurse im Gange: ein Zuschneidekurs, ein Kurs im Weißnähen, ein Glättekurs und ein Kochkurs.

Für den Januarkurs der **Haushaltungsschule Balligen** sind so zahlreiche Anmeldungen eingelaufen, daß nicht alle berücksichtigt werden konnten Es ist also angezeigt, sich für die im März und April beginnenden Frühjahrskurse recht frühzeitig zu melden.

## Was Frauen tun.

**Der stadtbernische Samariterinnenverein** gedenkt ein neues Feld seiner Thätigkeit zu eröffnen und einen Krankenpflegeverein ins Leben zu rufen. Der letztere hätte den Zweck, seinen Mitgliedern für Krankheitsfälle und zur Hülfeleistung bei kleineren Unfällen einige geschulte Pflegerinnen zur Verfügung zu stellen. Der Jahresbeitrag soll möglichst niedrig gestellt werden, damit auch wenig bemittelte Familien und einzelstehende Personen beitreten können.

**Am 6. Januar waren in Olten** eine Anzahl Frauen versammelt, um über die Errichtung einer Bildungsanstalt für freie Krankenpflegerinnen, verbunden mit einem Frauenspital, zu beraten.

## Was man beim Einbrechen auf dem Eise zu beachten hat.

Beim Einbrechen auf dem Eise liegt eine sehr große Gefahr darin, daß sofort andere auf die gefährliche Stelle zueilen, um zu helfen. Es ist durchaus unthunlich, stehenden Fußes sich einem auf dem Eise Eingebrochenen zu nähern, weil da das Gewicht der Person sich auf einen kleinen Punkt konzentriert. Weit besser ist es, sich platt auf den Boden zu legen und sich rutschend der Einbruchsstelle zu nähern. Am besten schiebt der zu Hülfe kommende eine Stange oder eine Leiter vor sich her, an welche der Eingebrochene sich anklammern kann und die dem Helfenden gestatten, von einer gewissen Entfernung aus, noch auf tragbarem Eise manipulierend, dem Verunglückten Rettung zu bringen. Der Eingebrochene, leistet sich selber den besten Dienst, wenn er auf derjenigen Seite die Eisdecke zu gewinnen sucht, von welcher er hergekommen ist; denn wo ihn das Eis bis zu dieser Stelle getragen hat, da bietet es auch am meisten Gewähr. Der Verunglückte hebe die Ellbogen nach hinten so hoch, daß er sich damit auf die Eisdecke stützt, dann gebe er sich mit den Füßen einen Schwung, um mit dem Rücken auf die Eisfläche zu gelangen. Er soll sich, wenn Hülfe in der Nähe ist, nicht auf die Füße stellen und in dieser Lage auch keine unnützen Bewegungen machen, bis ihm ein zugeworfener Strick, eine Stange oder eine zugeschobene Leiter die nötige Garantie gibt, daß ein Mithelfen seinerseits nicht mehr verhängnisvoll werden kann.

# Sprechsaal.

### Fragen.

**Frage 3930:** Ist irgendwo ein verlassenes, gequältes Mutterherz, das für ein liebes, kleines Kind nach Rettung ausschaut aus Mangel und Not, eine Mutter, die ihrem Lieblinge, den sie selbst nicht ausreichend verpflegen kann, eine gute Unterkunft, ein gesichertes Heim, eine schöne Zukunft in einem liebenden Familienkreis verschaffen will? Wir wüßten edle Menschen, die ein solch Kleines liebevoll ans Herz nähmen, um es für alle Zeit als eigen anzunehmen und bestens zu erziehen. D. R.

**Frage 3931:** Kann es wirklich gut geheißen werden, daß die Tochter des Hauses, die als solche für die Eltern gearbeitet und sie gepflegt hat, aus dem Hause gehen muß, um der Frau des Bruders den Platz einzuräumen? Ich konnte keinen Beruf erlernen und verstehe nur die Hausarbeit, also habe ich nur einen Dienst als Magd vor mir. Es ist ja richtig, daß nicht für zwei junge Frauenspersonen Platz ist daheim; aber muß es denn absolut die Tochter sein, die überzählig ist? G. M. O.

**Frage 3932:** Ist eine schweizerische Herrschaft wirklich verpflichtet, einem schweizerischen Dienstmädchen, das 40 Fr. Lohn im Monat, zwei Liter Wein per Woche, Kleider, Geschenke, Reiseentschädigung und vollen Familienanschluß hat, den in Paris üblichen Sous vom Franken auf den ohnehin teuren Lebensmitteln zu gestatten? Mein Mann hat schwer zu kämpfen, arbeitet für die Schweiz und hat nur ein bescheidenes, den schweizerischen Verhältnissen entsprechendes Einkommen. Wir haben vier Kinder und müssen beide streng arbeiten, um dieselben hier zu erziehen. Darf ich da meinem treuen, fleißigen Mann zumuten, daß er dem, wie eine Schwester gehaltenen Dienstmädchen diese ungerechte Steuer zahlt? Alle ehrlichen Handelsleute sagen mir, daß die Herrschaft den Schaden hat, d. h. den Sous zahlt, und das will mir das Mädchen nicht glauben und meint, ich gönne ihm dieses Nebeneinkommen nicht. Keines meiner früheren, langjährigen Mädchen verlangte dies, trotz viel bescheideneren Löhnen. Was halten die humansten, nachsichtigsten Leserinnen für Recht?

Eine, die ein Herz hat, aber doch auch Verstand üben muß.

**Frage 3933:** Ich habe eine vierzehnjährige Tochter, die im Mai aus der zweiten Klasse der Sekundarschule entlassen wird. Da ich nun immer leidend bin, ist es mir nicht möglich, die Tochter das dritte Jahr auch noch zu schicken; ich muß sie unbedingt den Vormittag über zu Hause haben. Nun möchte ich wohldenkende Mitabonnentinnen um Rat fragen, auf welche Weise der Tochter die noch nötige Fortbildung am besten vermittelt wird. Wir sind einfache Geschäftsleute, und so soll auch unsere Tochter einfach erzogen werden. Sie sollten in den Handarbeiten noch weiter gebildet werden, und zu diesem Zweck ist mir die zürcherische Fachschule angeraten worden. Wäre eine der freundlichen Leserinnen vielleicht im Falle, mir zu sagen, welche Resultate dort schon erzielt worden sind? Für guten Rat dankt zum voraus bestens Eine mehrjährige Abonnentin.

**Frage 3934:** Wüßte mir jemand Adressen von Fabrikanten anzugeben, bei welchen Vereinsfahnen im Auftrage oder vorrätig zu haben sind? Zum voraus besten Dank von einer Abonnentin.

**Frage 3935:** Kann mir eine werte Leserin die Adresse eines Hippenfabrikanten mitteilen? Wenn ja, besten Dank.

**Frage 3936:** Ist es von einer Schwiegertochter zu viel verlangt, wenn der alte Vater, der weit über seine Kräfte gearbeitet hat, nebst seinem bescheidenen Lebensunterhalt sich wünscht, am Morgen sein Pfeifchen rauchen und am Abend ein kleines Gläschen Wein trinken zu dürfen? Der Zustand der Augen gestattet das Lesen nicht mehr. Da sucht der alte Herr ein kurzes Stündchen der Gesellschaft von zwei bessergestellten Jugendfreunden, die nicht, wie er es ist, von einer Schwiegertochter abhängig sind. Wäre es nicht eine Wohlthat, den alten Herrn für den Rest seiner Tage in einem Hause unterzubringen, wo der Dampf eines Pfeifchens nicht belästigt, und wo das kleine Glas Wein, am Abend in guter Gesellschaft genossen, dem sonst Vereinsamten nicht zum Verbrechen angerechnet würde? Kann man in solchem Falle nicht auch die idealen Bestrebungen allzu weit treiben?

Eine, die's zwar nichts angeht, die aber beobachtet.

**Frage 3937:** Gibt es ein Mittel, um der Notwendigkeit des Abschneidens der Haare nach langer Krankheit vorzubeugen? Beim Beginn der Krankheit wurden die Haare in einen großen Zopf geflochten, und es durfte nun über die Zeit von drei Wochen gar nichts mehr daran gemacht werden, und die Genesende steht mit Sorge dem erstmaligen Kämmen entgegen. E. M.

### Antworten.

**Auf Frage 3778:** Als gut hat sich bewährt, das Gestrick der verfilzten Socken zu lösen und nachher wieder aufs neue zu stricken. Die Unannehmlichkeit der zum zweiten Mal gestrickten Wolle verliert sich im Waschen. M. B. in H.

**Auf Frage 3922:** Wenden Sie sich an die Firma Bättig in Sempach.

**Auf Frage 3922:** Bei jeder größern Papeteriehandlung; in Basel unter vielen anderen bei E. Fenner-Matter und bei H. Holzach. Fr. M. in B.

**Auf Frage 3923:** Ein einjähriges Kind, welches die gewohnte Speise zeitweise verschmäht, ist wahrscheinlich nicht hungrig; man lasse es also einige Stunden fasten. An schönen und nicht zu kalten Tagen viel hinaus ins Freie mit der Kleinen. Fr. M. in B.

**Auf Frage 3923:** Solcherlei ausgesprochene Zu- oder Abneigung bei einem Kinde dieses Alters läßt auf ein leicht erregbares Nervensystem schließen, und ich halte es für durchaus unrichtig, einen systematischen Zwang ausüben zu wollen. Die kluge Mutter kann die Abneigung und die dieser folgenden peinlichen „Excercitien" verhindern, wenn sie von sich aus für fleißige Abwechslung sorgt.

**Auf Frage 3924:** In städtischen Verhältnissen des Mittelstandes kostet eine Kindsmagd oder Wartefrau mit Wohnung und Kost etwa 800 Fr. per Jahr; kann diese mehrere Kinder besorgen oder andere Arbeit verrichten, so sind die Kosten im Verhältnis zu verteilen. Ernährung im ersten Lebensjahre also nur Milch, Erwärmung derselben, Heizung und Wäsche, 50 Rappen per Tag, im zweiten Jahre etwas mehr. Abnützung von vorhandenen Ausrüstungsgegenständen je nach Umständen. Kleidung bezahlen Sie besser selbst, aber lassen solche durch Ihre Schwester anschaffen. Fr. M. in B.

**Auf Frage 3925:** Wenn das Herz beim chronischen Gelenkrheumatismus mitbeteiligt ist, so sind warme Wickel von Haberstroh- oder Fichtennadelnabkochung das Beste. Nach jedesmaligem Ablegen des Wickels wird rasch kalt abgewaschen und nachher gut zugedeckt. Einige wenige solcher Wickel werden auffallende Linderung bringen, so daß man nachher zwischenhinein vorsichtig die Massage anwenden kann. P. W. J.

**Auf Frage 3925:** Nur nach genauer Untersuchung des Kindes zu beantworten. Im allgemeinen Bettruhe, auch in den fieberfreien und schmerzlosen Augenblicken, und Salicyl, wenn solches noch ertragen wird. Ziehen Sie zum behandelnden Arzte, wenn möglich, einen Specialisten für Kinderkrankheiten bei. Am meisten Hoffnung ist, nächst Gottes Hülfe, auf die Zeit zu setzen; in diesem Alter verwächst sich die Sache noch ziemlich leicht. Fr. M. in B.

**Auf Frage 3925:** Wenden Sie sich an einen anerkannt guten, homöopathischen Arzt, wenn die bisherige Behandlungsweise nichts fruchtete. Beraten Sie z. B. Dr. Grubenmann in St. Gallen, und Sie werden den besten Erfolg haben. E. Z. in S.

**Auf Frage 3926:** Wo zwischen Stiefmutter und Stieftochter kein größerer Altersunterschied besteht, hat die erstere sich jedes Rechts als „Mutter" zu begeben. Sie könnte naturgemäß nicht Mutter ihrer Stieftochter sein, also hat sie auch kein Recht auf die Vorteile dieser Stellung. Wo der Altersunterschied zwischen Stiefmutter und Stieftochter ein so lächerlich geringer ist, da kann von natürlicher Unterordnung und Folgsamkeit keine Rede sein. Die Stiefmutter ist ein Wesen für sich, die Stieftochter ist es desgleichen, also kann eine Vereinigung nur dann zu stande kommen, wenn die Anschauungen von Stiefmutter und Stieftochter sich decken. In Ihrem Falle scheint dies ausgeschlossen. P. O. R.

**Auf Frage 3926:** Das Briefgeheimnis darf nie verletzt werden; es braucht in der Schweiz selbst die Polizei eine gerichtliche Ermächtigung, um fremde Briefe zu öffnen. Im übrigen scheinen aber auch Sie der schwierigen Stellung einer Stiefmutter nicht genug Rechnung zu tragen; thun Sie Ihr möglichstes, das gute Einvernehmen wieder herzustellen; auch wenn es manchmal ein Opfer kostet. Geht es durchaus nicht, so suchen Sie auswärts eine Stelle. Fr. M. in B.

**Auf Frage 3927:** Warme Bäder mit nachheriger kalter Abdouchung können mehrere Wochen täglich genommen werden ohne Nachteile, und häufig mit Nutzen. Für längere Zeit als vier bis sechs Wochen sind solche in unserm Klima nur nach eingeholtem ärztlichen Rat zulässig. Fr. M. in B.

**Auf Frage 3927** erwidere ich, daß es nicht schwächend ist, wenn man jeden Tag ein warmes Bad nimmt, und sich nach Beendigung desselben kalt doucht. P. H.

**Frage 3928:** Es ist leider nur zu wahrscheinlich, daß die Tochter, jetzt von einem ihr sonst unbekannten Sinnenreiz bestrickt und mit wenig Erfahrung von dem Lauf der Welt, in der ersehnten Verbindung nicht auf die Dauer das geträumte Glück finden wird, sondern sehr das Gegenteil. Haben Sie aber in der That ein Jahr lang „alles mögliche" gethan, und ist die Tochter jetzt großjährig, so bleibt nicht viel anderes übrig, als das Unabänderliche mit Ergebenheit zu tragen und da-

für zu sorgen, daß, was geschehen muß, ohne Ueberstürzung und ohne Mißklang geschieht. Bewahren Sie namentlich der Tochter die elterliche Liebe, welche sie in nicht allzu langer Zeit so sehr nötig haben wird.

Fr. M. in B.

**Auf Frage 3929:** Gewiß sind fette Speisen allen mageren und nervösen Leuten zu empfehlen, immerhin nur insofern die Verdauung nicht dadurch gestört wird. Nicht was gegessen, sondern was verdaut wird, bildet und erneuert die Zellen. Also neben den fetten Speisen viel Bewegung im Freien, Zimmerturnen, Massage.

Fr. M. in B.

## Feuilleton.

### Zwei Schwestern.

Novelle von **A. B. Sterne.**

(Aus der „Bibliothèque universelle" übersetzt von A. W.)

(Fortsetzung.)

Die noch dampfende, weiche Krume, die der Herr Feinschmecker von Sohn geringschätzig auf die Seite geworfen, erregte vorab Helenens Zorn.

„Derart mit der Gottesgabe umzugehen!" klagte sie. „Ein Nimmersatt und wählerisch dazu! Das fehlte noch! Hast Du einmal angefangen, so iß auch den Rest auf, statt nur alles zu besudeln."

Petia fühlte sich tief gekränkt. Stets mußte er sich seinen gesunden Appetit vorwerfen lassen! Brot und Thee halbverzehrt auf dem Tische zurücklassend, griff er nach seiner Mütze und stürzte aus dem Zimmer. Wenn man ihm das bißchen Essen nicht mehr gönnte, gut, so konnte er auch mit leerem Magen zur Schule gehen!

Allein schon hatte Helene ihre heftigen Worte bereut. Ihrem großen Jungen nacheilend, entnahm sie hastig dem Küchenschrank ein großes Stück gesalzenes Rindfleisch und stopfte es in seinen Ranzen, mit solch probatem Mittel seinen nicht ganz ungerechtfertigten Groll zu besänftigen.

Auch der Gatte ging verstimmt seiner Wege! Zwei Streitigkeiten zur Einweihung des festlichen Tages . . . ach, Armut, Armut!

Thränen stiegen in ihre Augen, ohne darin zu verweilen. Längst hatte sie sich des Weinens entwöhnt, wo nähme sie die Zeit dazu her? Gerade jetzt käme ihr eine derartige Schwächeanwandlung sehr ungelegen, denn was blieb ihr noch alles zu thun: den Kindern sollte das Frühstück gereicht, in den Schlafzimmern aufgeräumt, in der Küche der Magd zur Hand gegangen werden! Zappelnd vor Ungeduld umtanzten die Mädchen die bereits aus dem Kasten geholten, hübschen Kleidchen, die ihnen die Tante voriges Jahr geschenkt, und bestürmten die Mutter mit Bitten, hineinschlüpfen zu dürfen.

Helene bedachte, daß es wohl geratener sei, ihnen den Willen zu thun, damit die kleinen Quecksilber zur Ruhe kämen und zum Empfange der Tante um zehn Uhr bereit seien.

Allein die Uhr schlug zehn, halb elf, — niemand erschien! Um so besser! Es konnte dem „feinen Diner" nur zu gute kommen, wenn es nicht Panfilowna ausschließlich überlassen blieb und außerdem fand sie noch Zeit, den Tisch selbst zu decken, alles aufs beste vorzubereiten.

Endlich naht der feierliche Augenblick. Die kleinen Mädchen stecken in den modischen Kleidchen, glückselig, trotz der lästigen, breiten Gürtel. Wer wollte um so seltener Schönheit willen nicht gern ein bißchen leiden! Wenn sie sich nur sehen, ihr Bild bewundern könnten; aber, o weh, der dumme Spiegel, der einzige, den sie besitzen, hängt zu hoch. Sie recken und strecken sich auf den kleinen Füßchen ganz umsonst, nichts ist zu erhaschen als ein Stückchen Stirn mit krausem Gelock. Ein blendend weißes Damasttuch, von der Nachbarin entlehnt, bedeckt den Tisch, den Helene soeben aufs sorgfältigste nochmals gemustert. Es fehlt nichts; trotzdem findet sie keine Ruhe. Wie wird sich diese Begegnung anlassen? Fast ängstlich sieht sie ihr entgegen. Wäre es nicht schicklich, an den Bahnhof zu gehen? Wird es die Schwester nicht beleidigen, wenn niemand dort auf sie wartet? Dessenungeachtet geht sie nicht, aus dem einfachen Grunde, weil ihr abgetragener Anzug ihr nicht erlaubt, sich außer dem Hause zu zeigen. Ihre Unruhe wächst . . . unablässig kehrt ihr Blick zur Uhr zurück . . . der Zug muß angekommen sein . . . . bald wird sie erscheinen . . . Erstaunten Auges verfolgen die kleinen Mädchen die Bewegungen der Mutter, die rastlos auf- und abgeht. Sie sind auf das Fenstergesims geklettert, obwohl ihnen dies verboten ist und sind nun des mütterlichen Unwillens gewärtig. Sonderbarerweise bemerkt aber die Mutter nichts von ihrem Thun und Treiben; ganz in ihre Gedanken versunken, wandert sie hin und her, von Zeit zu Zeit stille stehend . . . . plötzlich stößt sie einen Schrei aus . . . .

IV.

Eine Droschke ist vorgefahren, der eine junge, vornehm aussehende Dame in eleganter Reisetoilette entsteigt, mit einer Frage an den Portier sich wendend. Eine Täuschung ist unmöglich; es ist sie, Marie! So unverändert! Dieselbe schlanke Gestalt, wie vor zwanzig Jahren und unter dem Tupfenschleier dasselbe zarte Gesicht mit der feinen Nase, den großen Kinderaugen!

Helene stürzt auf den Hausflur. „Manitschka! Manitschka! Meine Schwester!" Sie umarmen sich. Helenens Augen füllen sich mit Thränen, Maries Mund zittert, wenngleich er gewohnheitshalber sein Lächeln bewahrt. Dies Lächeln fällt Helene auf: ein neuer Zug in der Physiognomie ihrer Schwester. „Nun komm' hinauf, schnell! Wie hast Du's nur angefangen, Dich so gut zu erhalten?" plaudert Helene, während sie ihrer Schwester den Mantel abnimmt. „Schau' mich mal an, was die Jahre aus mir gemacht! Du hättest mich nicht wieder erkannt, gestehe es nur." Und abermals werden ihr die Augen feucht.

„Wie kannst Du so sprechen?" antwortet Marie. „ich hätte Dich überall erkannt."

Hand in Hand treten die beiden Schwestern aus dem dunkeln Flur in das sonnenerhellte Zimmer, wo Helene bemerkt, daß die Jugendlichkeit ihrer Schwester sozusagen etwas „dekorativ" ist. Wohl erscheint das Gesicht noch so fein wie ehemals, aber es ist ganz eingeschrumpft und tiefe Falten graben sich um die Mundwinkel. Marie wird verlegen unter dem forschenden Blicke der Schwester. Sie wendet sich ab und bemerkt die Kinder. „Ach, wie reizend! Kennt Ihr Eure Tante, meine Kleinen, und habt Ihr sie ein wenig lieb? Und Dein Mann, Lena, wo ist er? Bist Du's zufrieden, daß ich Deine Großen in dem Institut untergebracht? Daß es in keiner Hauptstadt liegt, ist zwar ärgerlich, aber leider nicht zu ändern. Die Fürstin gab sich die erdenklichste Mühe. Du glaubst nicht, wie schwer es hält, anzukommen, welche Mengen von Aufnahmsgesuchen berücksichtigt sein wollen. Es war um so schwieriger, als Deine Töchter eigentlich kein Recht geltend zu machen hatten. Man that es einzig, um der Fürstin gefällig zu sein, die ihrerseits mir zu liebe sich bemüht. Ach, sie ist so gut, die Fürstin, so unendlich gut!" Mit wahrer Inbrunst betonte Marie jedesmal das Wort: Fürstin.

Helene fühlt sich unbehaglich. Ihr dünkt, man hätte in dem ersten Augenblick des Wiedersehens von anderm sprechen können, und ihre Schwester gefalle sich in sonderbaren Gesprächsstoffen. Eben beginnt sie eine lebhafte Schilderung ihrer Abreise von Petersburg.

„Stelle Dir einmal vor: mindestens hundertundfünfzig Personen waren am Bahnhof versammelt. Der Graf X war auch da!" (Irgend eine hochgestellte Persönlichkeit, deren Name für Helene herzlich wenig bedeutet.)

Wann wird sie endlich alle dem ein Ende machen, denkt Helene, und von anderm sprechen? Worin dies „andere" bestehen sollte, hätte sie nicht zu sagen vermocht; aber es will ihr unmöglich erscheinen, daß bei ihrem Wiedersehen nach so langen, langen Jahren nur von solchen Lappaleien die Rede sein sollte. Unbeirrt fährt Marie indessen fort, hochtönende Namen aneinander zu reihen. „Du weißt noch gar nicht, wie sich's gemacht, daß ich überhaupt hier bin? Denke Dir, wir beabsichtigten einen ganz andern Weg einzuschlagen, da — zwei Tage vor unserer Abreise — läßt sich Graf G. bei der Fürstin melden und beschwört sie, einige Tage auf seinem Gute zu verbringen, hatte auch richtig schon seinen Urlaub in der Tasche, um, der Vorbereitungen wegen, sofort dahin abzureisen. Meine Fürstin, die so gut so gut ist, daß sie keine Bitte jemals abschlägt, änderte ihren Reiseplan, und so kam ich hieher!"

„Für einige Zeit, nicht wahr?"

„Bis morgen früh! Um vier Uhr fährt der Expreß durch."

„Wo denkst Du hin? Seit zwanzig Jahren sind wir zum erstenmal wieder vereint, und Du willst nur einige Stunden verweilen? Das ist einfach unmöglich! Telegraphiere Deiner Fürstin, Manitschka! Sag' ihr, daß ich Dich einige Tage zu behalten wünsche, daß ich Dich nicht reisen lasse. Denke doch, zwanzig Jahre . . . ."

„Nein, nein! Die Fürstin kann mich nicht entbehren! Ihr zuzumuten, auf mich zu warten, ist ein Ding der Unmöglichkeit. Wir dürfen nicht daran denken, es geht nicht."

Helene schüttelt traurig den Kopf.

„O, die kurze Freude! — Und Du legst nicht einmal Hut und Schleier ab?"

Marie Alexandrowna lacht etwas gezwungen. „Es wäre mir schon lieb, wenn ich ein bißchen Toilette machen könnte, ehe Dein Mann kommt. Bitte, führe mich einen Augenblick in Dein Ankleidezimmer."

Helene lächelt bei der Vorstellung eines Ankleidezimmers in ihrem Hause! Sie geleitet die Schwester in ihr Schlafgemach. Zum erstenmal schämt sie sich des engen, mit einem großen Bett versperrten Raumes. Wie zur Entschuldigung sagt sie:

„Wenn Du wüßtest, wie schwer es hält, hier ordentliche Wohnungen zu finden."

Ihre Schwester aber hat keinen Blick für ihre Umgebung, läßt wenigstens, zu Helenens geheimer Kränkung, keine Bemerkung laut werden. Mit großer Sorgfalt hebt sie das Hütchen vom Kopf; dann entfernt sie sachte den Schleier. Sie sieht nun so alt aus wie Helene, denn ihr Gesicht scheint nur jung aus der Entfernung. Die feinen Züge, die schweren, lang bewimperten Augenlider, die ihrem Lächeln etwas Kindliches verliehen, begünstigen die Illusion.

Die Anwesenheit ihrer Schwester sowohl, als die der Kinder, ist ihr lästig. Mit verwundert aufgesperrten Augen verfolgen die Kleinen jede Bewegung der vornehmen Tante, bis diese in französischer Sprache die Mama um deren Entfernung bittet. Am liebsten wäre sie allein geblieben, wagt jedoch nicht, den Wunsch zu äußern. Helene erriet ihn nicht; mit harmlosem Staunen beobachtet sie ihrerseits die peinliche Sorgfalt, womit Marie unter Zuhülfenahme von Reispulver und Glycerin ihr verschrumpftes Gesichtchen glättet und bringt dem „Haarkräusler", den die Schwester ihrer Reisetasche entnimmt, lebhaftes Interesse entgegen. Heimlich lächelt sie ein wenig ob der verlornen Müh' und seufzt: alt bleibt alt! Ein Gefühl fast von Mitleid mischt sich jetzt in die früher empfundene Regung des Neides.

Als hätte Marie ihre Gedanken erraten, sagt sie entschuldigend:

„Man kann nicht anders, siehst Du, Liebe! Die Macht der Gewohnheit, der Umgebung . . ."

Damit ist der Anstoß zu einer zweiten Auflage von Schilderungen ihres Lebens, ihrer Kreise gegeben: Fürstin, Gesellschaft, Theater . . . In einem Atemzuge wirft sie dazwischen:

„Wann kommt denn endlich Dein Mann? Ein guter Mann, nicht wahr?"

„O gewiß, herzgut! Trinkt nicht, spielt nicht . . . Und Du, Marie, wie lebst Du eigentlich? Wie mir scheint, ganz vergnügt?"

„O ich merke kaum, daß die Zeit vergeht; die Fürstin ist so gut! Ich lebe wie ein Märchen im verzauberten Schloß mit dem „Tischlein, deck dich"! Die feinsten Gastmähler Tag um Tag! — Und Deine Kinder? Geraten sie nach Deinem Wunsche? Die Kleinen sind allerliebst!"

„Sie sind nicht übel, zugegeben. Allein Du wirst begreifen, daß die früher oder später eintretende notwendige Trennung nur um so schmerzlicher ist."

Die Schwestern plaudern. Beide sind bewegt; unbewußt erstand vor ihrem innern Auge die Vergangenheit und auf dem hellen Grunde hebt sich die dunkle Gegenwart schmuck- und reizlos ab.

Doch gleiten beide darüber weg und haften ausschließlich an Dingen, die ihnen im Grunde gleichgültig sind.

V.

Als Peter Dmitriewitsch und Petia vom Gymnasium heimkehrten, atmeten sie erleichtert auf. Helenens Befürchtung, ihr Mann werde durch Mangel an Lebensart der vornehmen Schwester unangenehm auffallen, geht glücklicherweise nicht in Erfüllung. Wenn er auch die Hälfte der Worte verschluckt, die sie mit lebhaftem Kopfnicken zu ergänzen trachtet, so gelingt es ihm doch schließlich, eine Art Kompliment für die schwesterlich gesinnte „große Dame" zu drechseln, versteigt sich sogar bis zu einem Handkuß. Petia benimmt sich durchaus anständig. So weit wäre nun alles in Ordnung, bleibt noch die Sorge um das Essen, wenn es nur gerät! Eben bringt Panfilowna die Suppe. Ohne besondern Befehl hat sie sich in ihren Sonntagsstaat geworfen und selbst ihre Schuhe knarren nicht so widerwärtig wie gewöhnlich. Alles geht vortrefflich, einige unbedeutende Häklein ausgenommen, wie z. B. daß Panfilowno mit allgemein hörbarem Flüstern ihrer Herrin mitteilt, der Zucker sei alle geworden.

Peter Dmitriewitsch folgt mit ungewohnter Teilnahme den endlosen Erzählungen seiner Schwägerin über die Fürstin, deren Gesellschaften und Vergnügungen, über musikalische und theatralische Berühmtheiten, die in den hohen und höchsten Kreisen bedeutendes Ansehen genossen.

„Ach, Valbel! ganz einzig! Die Fürstin erklärte noch neulich, keinen Mann zu kennen, der den schwarzen Rock mit so unvergleichlichem Anstand zu tragen wisse. Und Daniel Rochat . . . , Ach, zehnmal hab ich ihn gesehen! Das letzte Mal stieg ich ins „Paradies", in die oberste Galerie, nur seinetwegen."

(Fortsetzung folgt.)

Buchdruckerei Merkur, St. Gallen.

## Eislauf im Mondschein.

(Wie's kam, daß der Heinrich die Marie nahm!)

Rings sternklare Nacht
Am eisigen Himmel,
In leuchtender Pracht
Ein glänzend Gewimmel
Von glitzernden Sternen!

Windlichtern gleich, grüßend
Aus unabsehbaren Fernen
Hernieder zu uns. —
In die schneehelle Nacht
Unseres Erdenrunds
Sendet ganz sacht
Des Mondes blasses Gesicht
Den silbernen Glanz! —

Gespenstig flüstert,
Stets kälter und rauher,
Von Schatten umdüstert,
In leisem Schauer
Des Nordwinds Klage,
Geheimnisvoll wispernd,
Gleich alter Sage,
Durch den schneegepaderten,
Einsamen Wald!

Da nahte mir's leise
In seltsamer Weise,
So wonnig und sacht,
In sternklarer Nacht!
Mondverklärt, helle,
Freundlich und licht,
Naht' mir zur Stelle
Ein trautes Gesicht!

Winkt grüßend mir zu,
So ernst und sinnig
Und flüstert: „O Du —"
Und schauet so innig
Mir tief hinein
Ins erstarrete Herz! —
„Einsam, allein,"
Flüstert es leise —

Und — im wonnigen Schmerz,
Trotz Schnee und Eise,
Glüht mir die Wange,
Funkelt das Auge,
Pocht mir das Herz!
Maiduft im Schnee —
Ueberall!

Wohin ich seh',
Rosenduft, Lerchenschall,
Wonnig und lind,
Mitten in Frost und Wind!

Wie ein leuchtender Blitz
Schlug's bei mir ein geschwind —
Und sein Donner erklingt,
Mächtig dröhnend, dem Ohr:
„Wache auf, geschwind
Einsamer, alter Thor!"

Es schmilzt das Eis, so hart,
Die starre Decke bricht —
Es keimt die Lenzessaat
Beim goldnen Sternenlicht
Wie flüchtig trägt mich mein Fuß
Hin über den knirschenden Schnee
Jetzt der Heimat zu! —
In mir jauchzet und singt's:

„Bald nimmer einsam bist du! —
Flackert ihr eisigen Sterne
Glutvoll herab euer Bestes,
Hehre Fackeln von Ferne,
Zum Gruß meines Hochzeitsfestes!"

R.

## Erziehungsgrundsätze.

„Alles ist gut, wie es aus den Händen des Urhebers der Dinge hervorgeht; alles entartet unter den Händen der Menschen. — So wie die Mutter die wahre Amme des Kindes, ist der Vater auch sein wahrer Lehrmeister. — Keine Mützchen, keine Wickelschnuren, keine Wickelbetten! Laßt das Kind, sobald es etwas stärker wird, in der Stube herumkriechen, laßt es sich entfalten, seine kleinen Glieder dehnen; ihr werdet sehen, wie es tagtäglich an Kräften zunimmt! — Aber die grausamen Mütter, von denen ich rede, machen es anders. Mit Gewalt tauchen sie ihre Kinder in die Weichlichkeit ein und bereiten sie auf Leiden vor; sie öffnen ihre Schweißlöcher Uebeln allerlei Art, denen sie als Beute verfallen müssen, wenn sie erwachsen sind. — Leiden ist das erste, was das Kind lernen muß; Gängelbänder, Laufkorb, Fallhut und andere Hülfen taugen nichts. — Dem Kinde zeigt Stärke, den Männern Gründe! — Wir behandeln die Kinder meist verkehrt; entweder thun wir alles, was ihnen beliebt, oder fordern von ihnen, was uns beliebt; wir unterwerfen sie unseren oder uns ihren Launen. So befiehlt das Kind, ehe es reden kann und gehorcht, ehe es handeln kann; es wird ein Mensch nach unserer Phantasie, kein Naturmensch. — Die Glieder des Körpers, der wächst, müssen alle Platz genug in ihren Kleidern haben; nichts darf ihre Bewegung, nichts ihr Wachstum hindern; nichts darf ganz genau passen, nichts wie an den Leib geschmiedet sein. Wenig oder gar keine Kopfbedeckung zu allen Zeiten! Man sollte die Kinder viel mehr an die Kälte, als an die Wärme gewöhnen. Sie bedürfen eines langen Schlafes, weil sie ungemein viel Bewegung haben. Ein weiches Bett aber, in welchem man sich in Federn und Eiderdaunen begräbt, erschlafft den Körper, löst ihn gleichsam auf. Im Wasser müssen sie sich ebenso wie auf dem Lande bewegen. — Der einzig nützliche Teil der Arzneikunde ist die Gesundheitslehre; allein diese Gesundheitslehre ist noch obendrein nicht sowohl eine Wissenschaft, als vielmehr eine Tugend. Maßhalten und arbeiten sind die beiden wahren Aerzte des Menschen; die Arbeit weckt seinen Appetit, und die Mäßigkeit hindert ihn, denselben zu mißbrauchen.

Die Natur will, daß die Kinder Kinder sein sollen, ehe sie Männer werden. Wollen wir diese Ordnung umkehren, so werden wir frühreife Früchte hervorbringen, die weder volle Reife, noch Geschmack haben und alsbald verderben werden. Wir werden junge Gelehrte und alte Kinder erhalten. — Behandelt euern Zögling seinem Alter gemäß; der Zaum, der ihn zügelt, sei die eherne Notwendigkeit, nicht menschliche Autorität. Gestattet mit Vergnügen, verweigert mit Widerwillen. Aber euer Versagen sei unwiderruflich; kein Ungestüm mache euch wankend; das ausgesprochene Nein sei wie eine eherne Mauer, gegen die das Kind seine Kräfte nicht fünf- bis sechsmal erschöpfen wird, ohne weitere Versuche, sie umzuwerfen, aufzugeben. — Thut gerade das Gegenteil von dem, was gebräuchlich ist, und ihr werdet fast allezeit gut thun. — Seid vernünftig, aber schwatzt nicht mit euerm Zögling von Vernunft. — Der Erzieher muß selbst Mann sein, um Muster sein zu können. Gerate nicht in Zorn, wenn dein Wildfang das Tischgerät zerbricht; beeile dich nicht, ihm anderes zu geben; laß ihn den Nachteil des Mangels empfinden. Er zerbricht die Fenster seines Zimmers; laß den Wind Tag und Nacht auf ihn pfeifen, ohne wegen des Schnupfens bekümmert zu sein; denn es ist besser, er bekomme den Schnupfen, als daß er ein Thor bleibe. — Ich habe mich schon hinreichend ausgesprochen, um zu verstehen zu geben, daß man den Kindern die Züchtigung niemals als Züchtigung auflegen müsse, sondern daß diese immer nur als eine natürliche Folge ihrer bösen Handlungen eintreten dürfe. — Mein Zögling muß arbeiten wie ein Bauer, aber denken wie ein Philosoph, damit er nicht so faul werde wie ein Wilder. Das große Geheimnis der Erziehung ist, es so einzurichten, daß Leibes- und Geistesübungen einander beständig zur Erholung dienen."

J. J. Rousseau.

## Die Frauen in Indien.

Ueber das Leben der Frauen in Indien gibt ein in Berlin gehaltener Missionsvortrag interessante Aufschlüsse. Der Vortragende wies ein indisches Frauengewand vor; ein langes Stück Stoff, das, wie es vom Weber kommt, ungeschnitten und ungenäht, in kunstvollen Falten um den Körper geworfen wird und das oft auch das Gesicht verhüllt. Der Schmuck der indischen Frauen ist reich und schwer. Ein Fußring, deren die indische Frau an jedem Fuß einen trägt, wiegt 1¾ Pfund und mehr. Scharf schneiden die Zehenringe in das Fleisch. Die schwerste Arbeit ist die auf den Zuckerfeldern. Hungrig bücken sie sich dort den ganzen Tag in den Schlamm; doch teilt das sociale Elend mit ihnen auch der Mann der niederen Klassen. Das eigentliche Frauenelend verbirgt sich in den „Zenanas", den Frauengemächern und in den Tempeln. Eine Frau, die ihrem Manne keinen Sohn geschenkt hat, ist das elendeste aller Wesen. Ihr Elend ist eine Folge des Glaubens an die Seelenwanderung. Danach ist das Weib kein Mensch. Nur die Brahmanen sind vollkommene Menschen — die reinen Pharisäer — die Hoffnung, wiedergeboren zu werden als ein Rind, das ist ein Trost für den Mann; aber als Weib wiedergeboren zu werden, das ist das Schrecklichste, was den Mann nach dem Tode erwartet, denn die Weiber müssen in ihrem frühern Leben furchtbare Sünden begangen haben nach dem Glauben der Indier. Nur wenn sie einem Sohne das Leben gibt, kann die Frau ihre Sünden büßen; aber der Fluch aller Flüche trifft sie, wenn's „nur ein Mädchen" ist. Dennoch liebt die Mutter selbst ein solches Mädchen, das verhätschelt und mit Gold geschmückt wird. Lernen brauchen, ja dürfen die Mädchen nichts. Durch die Missions- und Regierungsschulen ist jetzt die Bildung der Frauen in Indien so weit gehoben, daß auf 25 lesende Männer ein lesendes Weib kommt. Noch gibt es aber 127 Millionen unwissende Frauen in Indien. Von Religion erfahren sie nichts. Eine weitere Quelle des Elends sind die frühen Heiraten. Ist ein Mädchen zehn Jahre alt geworden, ohne verheiratet zu sein, so gilt der Fall bereits als hoffnungslos. Mit 5 Jahren verloben sich die Mädchen meist, und nach wenigen Jahren kommen sie unter die Botmäßigkeit der Schwiegermutter. „Schwiegermutter" aber gilt in Indien als das schlimmste Schimpfwort. Endlich ist das Witwenelend nicht das geringste. 24 Millionen Witwen leiden unter der furchtbarsten abergläubischen Verachtung, und viele von ihnen sind noch nicht neun Jahre alt. Dem gegenüber üben die Missionsschulen, namentlich die Schulen zur Ausbildung eingeborener Lehrerinnen und Missionärinnen, bereits einen wohlthätigen Einfluß. 18- bis 20jährige indische Mädchen bereiten sich dort in fröhlichster Weise auf ihren Beruf vor, während 20jährige Heidinnen bereits gebrochene Greisinnen sind.


# Zur gefl. Beachtung!

**Wir setzen unsern verehrlichen Leserkreis hiermit in Kenntnis, daß mit Beginn des Jahres 1897 die bisher durch das Tit. Annoncenbureau Haasenstein & Vogler besorgte**

**Annoncen-Regie**
der
**„Schweizer Frauen-Zeitung"**

**wieder durch uns selbst bedient wird.**

**Bei dieser Gelegenheit empfehlen wir unser Blatt als zweckmäßiges Publikationsmittel zu reger Benutzung.**

**Bezüglich vorteilhafter Einteilung und günstiger Anordnung der Inserate stellen wir unsere, auf diesem vielseitigen Gebiete reichen Erfahrungen auf Wunsch gerne in den Dienst unserer geschätzten Kunden.**

**Aufträge vom Platz St. Gallen nimmt auch die Buchdruckerei Merkur für uns entgegen.**

St. Gallen, im Dezember 1896.

Hochachtend

Die Annoncen-Expedition
der „Schweizer Frauen-Zeitung".


## Eine tapfere Frau.

Die „Revue de Paris" kommt in einem Artikel über die Politik des Sultans auf die Armenierverfolgungen zu sprechen und erzählt die heroische That einer Frau. Im Frühling war es, lesen wir, und die Wege lagen wieder offen. Da kamen dreihundert Christen zum französischen Konsul von Diarbekir und baten ihn, sie nach der Küste zu geleiten. Der Konsul weigert sich, damit seine Abwesenheit nicht mißbraucht werde. Da bietet sich seine Gattin zur Führung der Karawane an. Um den Weg nach Alexandrette, dem nächsten Hafen, zu erreichen, bedarf es für einen Reiter vierzehn Tagreisen. Die Dörfer waren ausgeraubt; die Kurden beunruhigten die Gegend. Die Frau des Konsuls hat drei kleine Kinder, sie nimmt dieselben mit und stellt sich an die Spitze der dreihundert Menschen, die mehrere hundert Rosse bei sich hatten. Der Gouverneur anerbietet ihr eine Eskorte, aber nur für sie allein. Sie acceptiert dieselbe unter der Bedingung, daß man die ganze Kolonne beschütze, und damit die Gendarmen nicht lässig sein können, läßt sie ihre Kinder vorausziehen, während sie selber unter den Letzten des Zuges ist. Von Zeit zu Zeit nur begibt sie sich zu den in einer Sänfte getragenen Kleinen, das Jüngste zu stillen. Immer wacht sie über ihre Schützlinge. Oft muß sie nachts sich erheben und die Runde um das Lager machen, um eine Panik zu verhüten.

Zu Birebjik, beim Uebergang über den Euphrat, ist aus Konstantinopel Befehl angelangt, die Frau des französischen Konsuls passieren zu lassen. Die lokalen Behörden schließen aus dieser Ordre, die anderen müssen zurückgehalten werden. Aber sie schickt ihre Kinder voraus ans andere Ufer des Stromes und erklärt, sie selber werde erst hinüberfahren, wenn sämtliche dreihundert Personen drüben seien. Wenn der Statthalter säume und ihren vorausgesandten Kindern darob ein Leides geschehe, werde ihn die volle Verantwortlichkeit treffen. Diese Deklaration machte Eindruck auf den türkischen Würdeträger, und die Karawane durfte passieren.

Eine Heldenthat war's! Ehemals, sagt der Verfasser des Artikels, wäre dieser Französin ein Stück des roten Bandes zugeteilt worden. Wir denken, die brave Frau habe nicht von dem roten Band geträumt, das für Intriganten, nichtsnutzige Stellenjäger und eitle Wichte so leicht zu haben ist.

## Organisierte Dienstmädchen.

Das Land der Träume für die weiblichen Hausarbeiterinnen scheint in Afrika zu liegen. Aus dem Kaplande wird berichtet, daß die Dienstmädchen dort schon seit mehreren Jahren sich genossenschaftlich zusammengeschlossen haben, um sich ihre Rechte und Freiheiten zu wahren. Den bestehenden Satzungen zufolge darf kein Mitglied der Genossenschaft sich über die Zeitdauer von sechs Monaten hinaus als Magd, Hausmädchen, Köchin 2c. verdingen. Alle Halbjahr findet eine Generalversammlung der Genossenschaft statt, an welcher jedes einzelne Mitglied der Verbindung über seine Dienststelle und die dort ihm zu teil gewordene Behandlung zu berichten hat. Herrschaften, über die Klagen geführt werden, kommen in die „schwarze Liste", sie werden für längere Zeit boykottiert und erhalten während dieser Zeit keine Bedienung. Die durch den Beschluß der Generalversammlung dienstlos werdende Genossenschafterin wird so lange aus dem Vereinsvermögen unterhalten, bis sie eine bessere Stelle erhalten hat. Jede Hausbedienstete hat monatlich einen kleinen Lohnanteil zur Aeufnung des Fonds beizutragen. Die Dienstmädchen im Kaplande gehören sämtlich der Kaffernrasse an.

## Die Ursachen der Selbstmorde.

Ueber die Ursachen der Selbstmorde hat ein Engländer dem Kongreß für gerichtliche Medizin in London folgende interessante Statistik mitgeteilt, und zwar erstreckt sich dieselbe auf 7200 Fälle, von welchen aber be-

1380 Männern und bei 670 Frauen die Ursache als unbekannt angegeben werden mußte. Von den übrigen Selbstmorden wurde die Ursache folgendermaßen ermittelt: 905 Männer begingen den Selbstmord infolge allgemeinen Elends und Mangels, Frauen nur 511. Mehr Frauen, nämlich 524, wurden durch häuslichen Kummer in den Tod getrieben, dieser Zahl steht die von 728 Männern gegenüber. Geldverlust war bei 322 Männern und 333 Frauen die Ursache zum Selbstmorde. Dann folgen als nächsthäufige Ursachen Trunkenheit und Ausschreitungen, die für 287 Männer und 208 Frauen zum Selbstmorde bestimmt waren. Spielverlust hat auf beide Geschlechter annähernd die gleiche Wirkung, da hier 155 Männer und 141 Frauen sich gegenüberstehen. Interessant sind die Zahlen, bei welchen die Ursache verletzter Ehrgeiz genannt ist; hier finden sich neben nur 122 Männern 410 Frauen. Sehr viel verderblicher als für die Männer scheint für die Frauen auch der Liebeskummer zu sein, da solcher bei 157 Frauen der Anlaß zum Selbstmorde wurde, dagegen nur bei 97 Männern. Dann folgen übertriebene Eigenliebe und Gewissensbisse mit ungefähr 50 Selbstmorden bei jedem Geschlecht; dem Fanatismus fielen 16 Männer und 1 Frau zum Opfer, dem Menschenhaß je 3 Personen. Im allgemeinen kommen auf drei von Frauen begangene Selbstmorde vier solche von Männern.

## Neues vom Büchermarkt.

**Der Streit um Dr. Fausts Geburtsstätte** ist zur Zeit wieder lebhaft entbrannt. Anlaß dazu gibt die bevorstehende Niederlegung des sogenannten Faustthauses in dem thüringischen Dorfe Roda. Verschiedene illustrierte Blätter haben in den letzten Wochen Abbildungen dieses Hauses gebracht, in welchem nach der Ueberlieferung der Faustbücher der berühmte Schwarzkünstler das Licht der Welt erblickt haben soll. Daß dies indes nicht der Fall ist und der historische Nekromant Johannes Faust in dem in dem württembergischen Neckarkreise gelegenen Städtchen Knittlingen geboren worden ist, geht aus einer Reihe unanfechtbarer Zeugnisse seiner Zeitgenossen hervor. Eine sehr interessante und klare Zusammenstellung des hierin einschlägigen Materials gibt zum erstenmale ein in Nr. 14 der Zeitschrift: **„Ueber Land und Meer“** erschienener Artikel: „Dr. Fausts angebliches Geburtshaus in Roda und der historische Faust.“ Wir ersehen aus demselben, daß namentlich Melanchton und der berühmte Arzt Johann Weyer die Herkunft Fausts aus dem um jene Zeit zu Pfalz-Simmern gehörenden schwäbisch-fränkischen Städtchen Knittlingen außer jeden Zweifel stellen. Hiezu stimmen auch die einzigen erhaltenen dokumentarischen Nachweise für das wirkliche Dasein des berühmten Schwarzkünstlers während des 16. Jahrhunderts, die beiden Vermerke in den Heidelberger Universitätsakten, nach welchen ein „Johannes Faust aus Simmern“ im Jahre 1509 an dieser Hochschule immatrikuliert war und in dem gleichen Jahre daselbst den Grad eines Baccalaureus der Theologie erwarb. — Bei diesem Anlaß sei diese trefflich geleitete, große, illustrierte Unterhaltungszeitschrift zum Abonnement angelegentlich empfohlen. Um dem Journal eine immer größere Verbreitung — so weit die deutsche Zunge klingt — zu geben, wird die Verlagshandlung allen neueintretenden Jahresabonnenten das 2. Quartal, umfassend die im Januar, Februar und März erscheinenden Nummern bezw. Hefte, kostenlos liefern. Ein gewiß sehr vorteilhaftes Anerbieten, von dem wir wünschen, daß recht viele unserer verehrlichen Leser davon Gebrauch machen möchten.

**Die Umschau,** Uebersicht über die Fortschritte und Bewegungen auf dem Gesamtgebiet der Wissenschaft, Technik, Litteratur und Kunst, herausgegeben von Dr. J. H. Bechhold, H. Bechholds Verlag, Frankfurt a. M. Preis vierteljährlich M. 2.50. Die erste Nummer dieser neugegründeten Zeitschrift liegt vor. Sie enthält eine Reihe sehr lesenswerter Artikel.

**Braut-Seidenstoffe**

weisse, sowie schwarze und farbige jeder Art zu wirkl. Fabrikpreisen unter Garantie für Echtheit und Solidität von 55 Cts. bis Fr. 18 p. M. Beste und direkteste Bezugsquelle für Private. Tausende von Anerkennungsschreiben. Muster franko.
Welche Farben wünschen Sie bemustert? [108

**Adolf Grieder & Cie.,** Seidenstoff-Fabrik-Union, **Zürich**
Königl. Spanische Hoflieferanten.

**Rhachitis (sog. engl. Krankheit).**

106] Herr **Dr. Schaffrath** in **Crefeld** schreibt: „Dr. Hommel's Hämatogen habe ich bei einem rhachitischen bleichsüchtigen Mädchen von 4 Jahren, das seit Monaten fast jegliche Nahrung verweigerte und infolgedessen völlig abgemagert, höchst elend darniederlag, mit **sehr gutem Erfolg** angewandt. **Bereits nach der ersten halben Flasche** (3 Esslöffel täglich in Milch) zeigte sich eine **Steigerung des Appetits, besseres Aussehen,** Lust zum Spielen, die Kräfte nahmen sichtlich zu. Diese Besserung hat bis jetzt, nach Gebrauch von ca. 4 Flaschen, angehalten. **Das Befinden ist ein** relativ **ausgezeichnetes.“** Depôts n allen Apotheken.

*Muster sofort* **OETTINGER & Co., ZÜRICH** Bestassortiertes Modehaus
**Ballstoffe** Anlass-Hochzeits-Stoffe in Seide, Wolle, Mohair, Tüll u. Samten, Silberne und Gold Tülle, Gaze, Gauffre, Damaste etc. Eleg. Auswahl b. b. kl. Preisen.
in Damenkleiderst. Herrenkleiderstoffen Damen- und Kinder-Confection u. Blusen
*Muster und Waren franko. Modebilder gratis.*

## Briefkasten der Redaktion.

**M. K. T.** Diese Vergünstigung wird ausschließlich Abonnentinnen unseres Blattes eingeräumt. Es ist nichts als billig, daß die bezahlenden Abonnentinnen etwas vor denjenigen voraus haben, die das Blatt sich erst aus dritter oder vierter Hand zum Lesen geben lassen.

Frau **L. J.** in **A.** Schriftliche Offerten, denen nicht die nötige Frankatur für die Uebermittlung beigelegt ist, wandern unnachsichtlich in den Papierkorb. Sie werden doch nicht von uns verlangen wollen, daß wir für jedes erlegte Briefporto Nachnahme erheben sollen. Wir haben Wichtigeres zu thun.

Frau **K. M.** in **S.** Sie schrieben s. Z. „in ein Pfarrhaus oder in eine Doktorfamilie“, und Sie setzten somit voraus, daß bezüglich dieser beiden ein Mißgriff niemals möglich sein könnte. Die stattgehabte Täuschung dürften wir nun auf unser Risiko und auf unsere Kosten im Blatte veröffentlichen. — Sie sind in der That sehr naiv. Wenn Sie Anlaß zu Reklamationen haben, so fixieren wir dieselben unter der Marke „Eingesandt“, und setzen Sie Ihren Namen dazu. Ohne eigene Kenntnis der Thatsachen oder durchaus verbürgte Mitteilungen, zu denen Sie selber offen stehen, darf ein Blatt Ehre und guten Namen anderer nicht angreifen. — Wir sind zu einer Besprechung gerne bereit.

Frau **Sch. A.** in **F.** Für ideale Belehrung bleibt das gefragte Buch jederzeit wertvoll. Eines solchen Führers und Haltes bedarf ganz besonders diejenige Frau, die auf einen verantwortlichen Posten gestellt, die Richtschnur nie verlieren darf. Ihre herzlichen Wünsche und freundliche Anerkennung unseres Strebens verdanken wir aufs beste; ebenso Ihre freundliche Empfehlung unseres Blattes. Die Sendung wird mit Vergnügen besorgt.

**Junge Abonnentin** in **T.** Wenn Ihre Schwester nervöser, leicht aufgeregter Art ist, so ist es durchaus nicht ratsam, sie als Telephonistin auszubilden. Die Kenntnis im Maschinenschreiben und Stenographieren ist in Bezug auf leichteres Erhalten einer Bureaustelle sehr nützlich.

Frau **Kath. G.** in **A.** Die Zeit, welche ein Mädchen mit dem Erlernen der Besorgung eines Haushaltes zubringt, ist niemals verloren. Wenn dieser Unterricht theoretisch und praktisch in richtiger Weise erteilt wird, so ist er ein Erziehungsmittel erster Güte. Lassen Sie sich nur nicht irre machen.

## Zur gefl. Beachtung!

Schriftlichen Auskunftsbegehren muss das Portò für Rückantwort beigelegt werden.

Offerten, die man der Expedition zur Beförderung übermittelt, muss eine Frankaturmarke beigelegt werden.

Auf Inserate, die mit Chiffre bezeichnet sind, muss schriftliche Offerte eingereicht werden, da die Expedition nicht befugt ist, von sich aus die Adressen anzugeben.

Es sollen keine Originalzeugnisse eingesandt werden, nur Kopien. Photographien werden am besten in Visitformat beigelegt.

Wer unser Blatt in den Mappen der Lesevereine liest und sich dann nach Adressen von hier inserierten Herrschaften oder Stellesuchenden fragt, hat nur wenig Aussicht auf Erfolg, indem solche Gesuche in der Regel rasch erledigt werden.

Inserate, welche in der laufenden Wochennummer erscheinen sollen, müssen spätestens je Mittwoch vormittag in unserer Hand liegen.

Den Tit. Bewerberinnen auf die Stellen sub Chiffre **J G 19, L 4, M O 18, J A Z 8, J G 19, B N 7, K Z J 17, M J K 12, F V 14, A N J 10, Ch W 9** diene zur Mitteilung, dass **keine** Anmeldungen mehr erforderlich sind. **Die Gesuche sind erledigt.**

Eine in sämtlichen Haus- und Handarbeiten durchaus bewanderte **Tochter** aus guter Familie, arbeitswillig und arbeitsgewohnt, sucht in einem grössern Haushalt Stelle als Stütze oder als selbständige Wirtschafterin; sie würde auch in einem Institut oder gutem Privathause im Ausland Stelle annehmen in einem, ihren Fähigkeiten und Kenntnissen angepassten Wirkungskreis. Beste Empfehlungen hochachtbarer Familien stehen zu Diensten. Gefl. Offerten unter Chiffre N U 5 an die Annoncenexpedition der „Schweizer Frauen-Ztg.“ [FV5

Für ein junges, intelligentes **Mädchen** (Waise), das die Sekundarschule besucht und auf kommende Ostern konfirmiert wird, sucht man passende Stelle in einem guten Privathause der französischen Schweiz, wo es die französische Sprache erlernen und sich die Kenntnisse der in einem wohlgeordneten Hause nötigen Arbeiten aneignen könnte. Die Tochter ist willig und von gutem Charakter und würde, da arbeitsgewohnt, einer verständigen Hausfrau eine gute Hülfe sein. Es wird aber nur auf eine gute Versorgung reflektiert. Offerten unter Chiffre T W 78 befördert die Expedition dieses Blattes. [FV 78

**Obst- und Gemüsebau- oder event. Gartenbau-Kurse**
in allen Fächern der Gärtnerei
**für Frauen und Töchter**
**von H. Runtzler, Gartendirektor.**
Samen- und Kartoffel-Handlung in Ennetbaden.
Nachdem mir genügende Sortimente in Samen, Pflanzen und sonstigen Unterrichtsobjekten verschafft, bin ich, den vielen Wünschen entsprechend, bereit, bei genügender Anmeldung Kurse in obigen Fächern vom **15. März bis 20. Oktober hier in meiner Pachtung nur für Frauen und Töchter** zu erteilen. — Prospekte und Lehrpläne gratis und franko. (H 163 Z) [98

**Koch- und Haushaltungsschule**
**zugleich Gesundheitsstation**
**im Schloss Ralligen am Thunersee**
**empfohlen durch den Gemeinnützigen Verein der Stadt Bern.**
**Frühlingskurse:** Vom **23. März** und **17. April** bis **30. Juni.** Kursgeld 200 bis 300 Fr. **Sommerkurs:** Vom **8. Juli** bis **15. Oktober.** Kursgeld 300 - 400 Fr. je nach Zimmer. Prospekte und Verzeichnisse der bish. Schülerinnen stehen zu Diensten. (O H 9576) [95
**Christen, Marktgasse 30, Bern.**

**Frauenarbeitsschule St. Gallen.**
**Arbeitslehrerinnen-Kurs.**
In dem am 3. Mai 1897 beginnenden Arbeitslehrerinnenkurs könnten noch einige Kandidatinnen Aufnahme finden. Das 17. Altersjahr muss zurückgelegt sein. Obligatorisch sind die drei Fachkurse: [96
**Handnähen und Flicken**
**Maschinennähen**
**Kleidermachen.**
Daneben muss der Unterricht in Methodik, Pädagogik, Deutsch und Freihandzeichnen besucht werden. Dieser Jahreskurs schliesst mit dem Diplomexamen für Arbeitslehrerinnen an Primarschulen.
Kandidatinnen für Real- und Fortbildungsschulen haben noch ein weiteres Trimester zu absolvieren, in welchem das Sticken und Wollfach unterrichtet wird. Den Schulverhältnissen entsprechend, muss dieser Kurs zuerst genommen werden, somit:
**Beginn des Arbeitslehrerinnenkurses:** für Real- und Fortbildungsschulen Januar 1897. für Primarschulen Mai 1897.
**Die Kommission.**

**Vorhangstoffe**
eigenes und englisches Fabrikat, crême und weiss, in grösster Auswahl, liefert billigst das Rideaux-Geschäft [103
**J. B. Nef, zum Merkur, Herisau.**
Muster franko. Etwelche Angabe der Breiten erwünscht.

Bei einer überseeischen, best accreditierten, kleinen Schweizerfamilie findet eine anständige, intelligente und arbeitstüchtige **Tochter** aus braver Familie sehr gute Stelle. Es wird ein freundliches Heim geboten mit Familienanschluss und guter Bezahlung. Ohne nachweisbar gute Empfehlungen achtbarer Persönlichkeiten wird keine Anmeldung berücksichtigt. Offerten unter Chiffre J R 1 befördert die Annoncenexped. der „Schweizer Frauen-Ztg.“ [FV 1

Eine gut erzogene Tochter, zur Lehrerin und Erzieherin ausgebildet, sucht Stelle als **Erzieherin** oder erste **Bonne** zu kleineren Kindern in einem feinen Hause, gerne in der französischen Schweiz oder in Frankreich, um sich in der Sprache noch zu vervollkommnen. Bei wirklich guter Versorgung werden bescheidene Ansprüche gemacht. Gefl. Offerten unter Chiffre D R 6 befördert die Annoncenexpedition d. Bl. [FV 6

Ein geschäftstüchtiges, rühriges und in grossem Bekanntenkreise stehendes, solvables Ehepaar, in industrieller Gegend wohnhaft, wünscht den kommissionsweisen Verkauf von gangbaren Artikeln oder Specialitäten zu übernehmen. Ein schönes, trockenes und passend gelegenes Lokal ist vorhanden. Gefl Offerten vermittelt die Annoncenexpedition der „Schweizer Frauen-Zeitung“ sub Chiffre K W 3. [FV 3

In ein gutes Privathaus wird ein kräftiges Mädchen zur Besorgung sämtlicher Hausgeschäfte gesucht. Dasselbe findet liebevolle Behandlung. Durchaus ehrenhafter Charakter und unbedingte Zuverlässigkeit wird verlangt. Gefällige Offerten unter Chiffre A 100 an die Expedition d. Bl. [FV 100

**Daniel Aebischer, Vevey** Specialgeschäft in Kamelhaarartikeln) sucht gute Maschinenstrickerinnen. [59

Eine brave **Tochter,** 18 Jahre alt, aus achtbarer Familie, sucht Stelle aufs Frühjahr als Volontärin in die französische Schweiz. Bevorzugt wird die Arbeit eines Zimmermädchens bei einer achtbaren Herrschaft. Es wird auf familiäre Behandlung Anspruch gemacht. Offerten unter Chiffre K H 77 befördert das Annoncenbureau der „Schweizer Frauen-Zeitung“. [77

Man wünscht eine gut erzogene 19-jährige Tochter (protestantisch), von durchaus bravem Charakter, deutsch und französisch sprechend und aus sehr gutem Haus und Familie, für 5—6 Monate in eine gute, gebildete Familie zu placieren, wo ihr Gelegenheit geboten wäre, die feinere Küche **gründlich** erlernen zu können und wo geistige Bildung und gute Umgangsform gepflegt werden. Die Tochter würde gerne leichtere Hausgeschäfte übernehmen und sich in praktischen Handarbeiten, worin sie tüchtig ist, nützlich machen. Die Suchende hat auch Musikbildung (Klavier). Es würde je nach konvenierenden Verhältnissen ein kleiner Pensionspreis bezahlt. Gute, familiäre Behandlung wird durchaus verlangt. Der Eintritt könnte mit März oder April geschehen. [79

## Lehrtöchter

(auch **Volontaires**) finden Aufnahme in einem bestrenommierten

**Herrenhemden- und Wäschegeschäft**

Beste Gelegenheit zur Berufserlernung und gute Beaufsichtigung wird zugesichert. Anmeldungen unter Chiffre H 119 befördert die Exped. d. Bl. [119

Eine 17jährige **Tochter** aus guter Familie sucht Stelle als Volontärin in die französische Schweiz. Die Suchende führt eine saubere Handschrift und würde einer Stelle als Ladentochter in einem Bazar oder Papeterie den Vorzug geben. Gute Behandlung wird vorausgesetzt. Offerten unter Chiffre M A 76 befördert die Expedition. [76

In eine kleine Haushaltung von drei Personen aus der französ. Schweiz wird zur Aushülfe einer ältern Magd ein jüngeres, gesundes und braves

## Mädchen

gesucht. Anfragen erbeten an **Madame Winzeler, Lugano.** (139-O) [92

## Gesucht.

Eine tüchtige **Arbeiterin** könnte sofort eintreten bei [87

**Frau Zähnler-Schmid**
Damenschneiderin
**Degersheim,** Untertoggenburg.

In ein erstes

**Broderie- und Tapisseriegeschäft**

in **Zürich** wird eine tüchtige, selbständige Arbeiterin, geübt in **Gold-** und **Buntstricken,** gesucht. Gefl. Offerten unter Chiffre T B 86 befördert die Expedition dieses Blattes. [86

## Gesucht nach Basel:

auf 1. Februar ein junges, tüchtiges **Mädchen** für alles. [57
Offerten unter Chiffre B R 57 befördert die Expedition d. Bl.

## PENSION

für **stellesuchende Frauen und Töchter** à Fr. 2 50 per Tag. Auch wird Auskunft über Stellen erteilt bei [64
**Frau Leu in Montreux.**

## Franz. Sprache.

Der Direktor einer Erziehungsanstalt wünscht eine junge Tochter als Halbpensionärin in seine Familie aufzunehmen, welche der Hausfrau in den häuslichen Geschäften beistehen kann und zugleich Gelegenheit hätte, sich die franz. Sprache gründlich anzueignen. Alter 17—20 Jahre.
Pensionsentschädigung gering. Verpflichtung auf ein Jahr. Gefl Offerten unter Chiffre H 171 N an Haasenstein & Vogler, Neuchâtel. [89

In gebildeter, achtbarer Familie auf dem Lande würde ein [124

**Kind**

in sorgfältige Pflege genommen. Beste Refer. Gefl. Offerten unter Chiffre H 63 Ch an **Haasenstein & Vogler, Chur.**

(67)

ist einzig in ihrer Art zur augenblicklichen Verbesserung von Suppen.

# Knaben-Institut Steinbusch-Chabloz

**Les Figuiers, in Cour-Lausanne (Schweiz).**

Diese Anstalt bietet jungen Leuten vortreffliche Gelegenheit, sich in **einem Jahre** in der französischen, englischen, italienischen, spanischen oder deutschen Sprache gehörig auszubilden. Gründlicher Unterricht in der Handelskorrespondenz, der Buchführung, dem kaufmännischen Rechnen u. s. w. **Ein neuer Kursus beginnt am 1. Mai.** Leichte, erfolgreiche Methode. Aufnahme zu jeder Zeit. Mässige Preise. Gute Pflege. Wahres Familienleben. [97
Prospekte mit Referenzen durch: **L. Steinbusch,** Direktor. (H 317 L)

# Pensionat Alpinula

**Ct. de Vaud.**

Schön gelegenes, für Mädchenpensionat gebautes Haus, gesunder, angenehmer Aufenthalt auf dem Lande, gute Erziehung, gründliche Ausbildung in Sprachen, Wissenschaften, Musik, Malen. Kurse im Kleidermachen, Weissnähen, Sticken etc. Englische und italienische Lehrerin im Hause. Diplomierte Lehrer. Auskunft erteilen frühere Zöglinge. Prospekte durch die Vorsteherin. Preis 2000 Fr. jährlich.
13] **M. Doleyres-Cornaz.**

# Gebrüder Hug & Co., Basel.

Grösste Auswahl von

**MUSIK**

und Instrumenten aller Art.

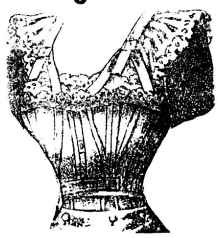
**HARMONIUMS**

(H 2325 Q) von Fr. 110.— bis 3000.—. [21

**Terminzahlungen. — Vorteilhafte Bedingungen.**

Mässige Preise. Mässige Preise.

# Hugo Schindlers Patent-Büstenhalter.



**Der einzige brauchbare Ersatz für das gesundheitsschädliche Korsett.** ✚ 6264. (111
**Nicht zu verwechseln mit den angepriesenen Gesundheits-Korsetts.**
Er beseitigt das lästige Schnüren, wie die Bewegung der Atmung, des Blutkreislaufes, den Druck auf den Magen, Leber und überhaupt der Baucheingeweide.
Für Leidende, sowie als Umstands- und Nähr-Korsettage geradezu unersetzlich! Für heranwachsende Töchter unentbehrlich!
Wird von allen ärztlichen Autoritäten der Schweiz und Ausland, sowie vielen Frauen warm empfohlen. Empfehlungsschreiben liegen vor.
Bei Bestellungen genügt das Mass über Brust und Rücken, unter den Armen gemessen, anzugeben.
Die Preise sind per Stück für Qualität: (H 6 G)

| A | B | C | D (Seide) | F (Filigran) |
|---|---|---|---|---|
| Fr. 7.— | 10.— | 13.— | 20.— | 15.— |

**Generalvertreter für die Schweiz:** *Peters & Co., Zürich V,* **Eigenstrasse 12.**
Depot in St. Gallen: **Frau M. Christ, Schwalbenstrasse 7.** Um sich vor wertlosen Nachahmungen zu schützen, achte man beim Einkauf auf den Stempel: **Schindlers Patent.**

(H 3455 Z)

Unübertreffliches Mittel gegen rauhe, aufgesprungene und wunde Haut; äusserst praktisch und angenehm im Gebrauch. In Tuben à 50 Cts. in den meisten Apotheken und Droguerien erhältlich.
Nur echt mit der Schutzmarke: **Zwei Bergmänner,** worauf genau zu achten ist. [37

# Damenloden

und sog. **Bündner-Mätzl,** vorzügliche Kleidung für Frauen. Garantiert reinwollene, wasserdichte **Mäntel** empfehlen (H 1325 Ch) [49

**Bener Söhne & Cie., Chur.**

**Muster franko.**

# A. Ballié, Möbel- und Bronzewarenfabrik

**Freiestrasse 29 BASEL z. „Ehrenfels"**

Komplette Einrichtungen von Wohnungen in geschmackvollster Ausführung eigener Komposition.
**Holz- und Polstermöbel, Skulpturen, Bauarbeiten** (Täfer und Decken), **Leuchter, Möbelbeschläge in allen Metallen, Balkons, Pavillons, Portale etc. in Schmiedeisen** werden aufs feinste in meinen Werkstätten angefertigt.
Tapeten in allen Genres (Tenturen, Tapisseries artistiques), Portièren, Vorhänge aller Art, Teppiche, Faïences, Bronzes (zur Zimmerdekoration) sind in schönster Auswahl in meinen Magazinen vorrätig. (22
Grosses Lager in prachtvollen orientalischen Stickereien und echten, alten persischen Teppichen. (H 2300 Q)
Preisvoranschläge gratis. — Zeichnungen stehen zu Diensten

# Haushaltungs-Schule

**und Töchterpensionat in Marin bei Neuchâtel.**

**Prospekt und Referenzen** zur Verfügung.

Adresse: Mme. **Jeanne Convert-Borel** (H 250 N) à **Marin.** [90

# Pension-Haushaltungsschule

**Mmes. Cosandiers**
**Landeron, Neuchâtel.**

Prächtige Lage. Studien in franz. und engl. Sprache, Musik, Handarbeiten, Ausbildung im Kochen, Theorie et Praxis. Referenzen: **Mr. Scherf,** Lehrer. Eidg. Experte und frühere Schülerinnen. (H 251 N) (91

# Jeder staunt!

wieso ich meine Musikdosen, Schweizer-Fabrikat, so billig verkaufen könne. Dies ermöglicht mir nur ein seltener Zufall, wodurch ich eine Partie von 10,000 Stück zu einem Spottpreise einkaufen konnte. Daher gebe ich, so lange noch der Vorrat reicht, eine **Musikdose,** 28 Töne garantiert gut spielend, mech. Uhrwerk in poliertem, mit versch. Figuren verziert. Holzkasten gefasst, zu dem spottbilligen Preise von nur **Fr. 2.50**; dieselbe, prima Qual., mit Schlüssel aufzuziehen, **Fr. 4.**—; dieselbe, hoch elegant, 38 Töne spielend, **Fr. 12.**—, **Photographie-Albums** in Plüsch mit **Musikwerk,** Format 24×28, reich verziert, mit prachtv. Beschlag u. 2 Schlössern, nur **Fr. 15.**—. Es ist unglaublich, aber doch wahr. So eine Gelegenheit kommt sehr selten vor, darum beeile man sich zu bestellen bei **D. Cleener, Zürich.** Diese Zierde sollte in keinem Hause fehlen. [88

## *Verkauf von*

# *Damenwäsche*

***Damen in verkehrsreichen Ortschaften, welche sich mit dem Verkauf von Korsetten, Handschuhen, Kleiderstoffen, Resten, oder sonstigen Damenartikeln befassen, können jederzeit mit einem gut renommierten, inländischen Damenwäsche-Fabrikationsgeschäft in Verbindung treten, resp. Muster für den kommissionsweisen Verkauf erhalten.*** [36
***Gefl. Anfragen unter Chiffre O 617 an das Annoncenbureau d. Bl.***

**Die Lachener**

**Fleischbrühesuppenrollen**
**Kinderhafermehle**
**Haferflocken** (H 12 G)
**Erbs-, Reis- und Gerstenschleimmehle**
**Dörrgemüse**
sind von unübertroffener Güte.
Ueberall verlangen.
**M. Herz,** Präservenfabrik Lachen **a. Zürichsee.** [27

**CHOCOLAT**
in Tafeln und in Pulver
**SPRÜNGLI**
leicht löslicher reiner
**CACAO**

(H 2813 Z) [33

(H 9500 Y)

## Für nur Fr. 7

franko Zoll und Porto offeriere

**prachtv. Korallengarnitur**

eine zweireihige Halskette, zweireihiges Armband, je mit mech. Schloss, Brosche und ein Paar Ohrringe, alles mit garantiert echten Korallen, solide Fassung. Das Doppelte wert. (H 64583 a) [48

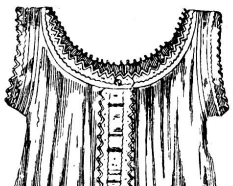
**M. Kern, Lauterbach** (Württ.)

[110

**Hecht-Apotheke, I. Stock.**
**Sanitätsgeschäft: Kugelgasse 4, I. St.**

**C. Fr. Hausmann.**

Erstes schweizer. Damenwäsche-Versandhaus und Fabrikation
**R. A. Fritzsche**
Neuhausen-Schaffhausen.



45 Sorten Frauen-Taghemden
12 » » -Nachthemden
18 » » -Hosen
12 » » -Nachtjacken
24 » » -Schürzen
24 » Leib-u. Kostümunterröcke
sowie alle Haushaltungsgegenst.

**Ich bitte genau anzugeben, ob billige, mittelgute oder beste Qualitäten und ob fein- oder grobfädig bemustert werden soll.**

**Niemand kann gleich gute Ware billiger liefern.**

**Keine Hausfrau versäume, Muster zu verlangen.** [62

Bergmanns

# Lilienmilch-Seife

nur echt von (H 1214 Z)

**Bergmann & Cie.**
**Zürich**

ist vollkommen rein, mild und neutral und unübertroffen für zarten und weissen Teint, sowie gegen Sommersprossen.

**Preis 75 Cts. per Stück.**

Man achte genau auf die Schutzmarke. 105]

Zwei Bergmänner.

**Das beste Hustenmittel ist:**

## Pectoral Paracelsus

**Die Schachtel: 1 Fr., zu haben in den Apotheken**

EN GROS:

**SAUTER'S LABORATORIEN, Aktiengesellschaft, GENF**

[64

**Aufgesprungene, rissige Haut des Gesichts und der Hände, Gesichtsröte, Sommersprossen, Mitesser, Wimmerln, Brennen und Jucken der Haut und überhaupt jegliche Hautunreinigkeit und alle Runzeln** verschwinden **sofort** bei Gebrauch der absolut unschädlichen

## Crème Iris.

Der Teint wird bei regelmässigem Gebrauch **blendend weiss.** Die Wirkung ist eine auffallend rasche und wirklich frappante.

**Crème Iris** in Verbindung mit

## Crème Iris Seife

sind die anerkannt **vollkommensten** Präparate zur **Teint- und Hautpflege** und sollten bei jedermann, der Wert auf sein Aeusseres legt, auf dem Toilettetisch zu finden sein.

Preis p. Topf (auch Reisetube), enorm ausgieb., **Crème oder** per Carton (à 3 Stück), **Seife** Fr. 2, **erhältlich in allen Apotheken, besseren Coiffeurgeschäften** oder direkt von der **Hauptniederlage** für **St. Gallen und Umgebung: C. Fr. Hausmann,** Hechtapotheke, **St. Gallen.** [104

## Zur gefälligen Beachtung!

Schöne **Häkelarbeiten,** neue, noch nicht bekannte Sachen, auch Einsätze für Vorhänge, Decken etc. fertigt auf Bestellung und zu bescheidenen Preisen eine im Fache sehr tüchtige Frau. Sie übernimmt die Ausführung der ausschmückenden Häkelarbeiten für ganze Ausstattungen, sowie für einz. Wäschegegenstände, auch nimmt sie angefangene Arbeiten von Geschäften oder Privaten zum Fertigmachen an. Auskunft über die Adresse erteilt die Exped. [93

[50

## Töchterpens. Lindengarten

102] **Oberuster.** (H 16 G

Vorsteherin: **Frl. L. Hofmann.**

Unterricht in Sprachen, Musik, Zeichnen, Malen, Handarbeit, Buchführung, Haushalt Patentierte Lehrkräfte. Prospekt und Referenzen zur Verfügung.

## J. Kihm-Keller

z. guten Quelle [35

**Frauenfeld.**

**Leinen- und Baumwollwaren**
**Wäsche-Fabrikation**
**Braut-Ausstattungen**
in feinster und solidester Ausführung.
**Herren- und Damen-Linge**
**Damen- und Kinderschürzen**

**Diplome I. Klasse.**

Katalog und Muster umgehend franko.

## Für Damen!

Durch Zufall eine Partie seid. Damenschürzen spottbillig übernommen, bin ich in der Lage, eine *prachtvolle, seidene Damenschürze* fix und fertig zu dem unglaublichen Preise von nur

**Fr. 2.75**

abzugeben. Diese Damenschürzen sind aus reinem Seidenstoff, prachtvoll garniert und mit Seidenbändern, hochmodern in allen prächtigen Farben. Man beeile sich, zu bestellen, so lange der Vorrat reicht bei dem Exporteur [45

(H 4811 Z) *D. Clecner, Zürich.*

[101

## Für 6 Franken

versenden franko gegen Nachnahme

**btto. 5 Ko. ft. Toilette-Abfall-Seifen**

(ca. 60—70 leicht beschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). (H 623 Z) [41

**Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.**

(H 1332 Q)

107

[123

fl.


# Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am dritten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | Nr. 1. | Januar 1897


SCHWEIZ. LANDESBIBLIOTHEK 1900 K. 1559 BERN

## Die Verdauung.

Alle Speisen, welche wir genießen, bringen wir in die Mundhöhle, wo die Zähne sie zerkleinern und die Mundflüssigkeiten sie durchtränken und so die Bissen weich und schlüpfrig machen. Gleichzeitig werden Salze und Zucker gelöst, auch das in Wasser und den Körperflüssigkeiten unlösliche Stärkemehl wird durch den von den Speicheldrüsen abgesonderten Speichel zum Teil in Zucker umgewandelt und löst sich nun leicht in den Verdauungssäften. Die Umwandlung alles Stärkemehls kann aus dem einfachen Grunde nicht erfolgen, weil die Speisen nur so kurze Zeit in der Mundhöhle verweilen. Die Hauptmenge des Stärkemehls der Nahrung gelangt unverdaut in den Magen. Die Umwandlung setzt sich hier zunächst unter Fortwirkung des mitverschluckten Speichels fort und wird erst in dem Darmkanale durch neue Verdauungsflüssigkeiten vollendet. Im Magen beginnt durch den Magensaft die Lösung der Eiweißstoffe, des leimgebenden Gewebes und des Leimstoffes zu Peptonen. Der Magensaft wird von den in der Magenschleimhaut eingebetteten, zahlreichen Magensaftdrüsen oder Labdrüsen abgesondert. Er hat einen charakteristischen sauren Geruch und Geschmack und ist in seinen Wirkungen der Salzsäure ähnlich. Durch wurmförmige Bewegungen des Magens werden die Speisen mit dem Magensaft innig vermengt. Als saurer Speisebrei verlassen die Nahrungsstoffe den Magen und gelangen in den Dünndarm, um hier die vollständige Verdauung zu erfahren. Der Dünndarm ist also als das Hauptorgan der Verdauung zu betrachten. Nur wenn Magen und Dünndarm krank sind, tritt der Dickdarm für diese als Ersatz ein. Die Schleimhaut des Darmes sondiert aus zahlreichen kleineren Drüsen einen schleimigen Saft ab, den Darmsaft oder Darmschlein. Außerdem ergießen sich in den Zwölffingerdarm (den Anfang des Dünndarmes) die Absonderungsflüssigkeiten der beiden größten Drüsen unseres Körpers, der Leber und der Bauchspeicheldrüse; die Leber sondiert die Galle,

die Bauchspeicheldrüse den Bauchspeichel ab. Diese drei Verdauungssäfte mischen sich mit dem aus dem Magen kommenden Speisebrei und vollenden in ihm die Verdauungsveränderungen; insbesondere wird hier das Fett so fein, staubförmig verteilt, daß die Fettstäubchen in die Porenräume der Darmgewebe eindringen können. Die Galle hindert gleichzeitig eine faulige Zersetzung der im Darmkanale befindlichen, leicht faulenden Substanzen. Der bei der Verdauung entstandene milchartige Speisesaft wird von Tausenden vom Darmzotten aufgesogen und dem Blute durch den Milchbrustgang zugeführt.

## Nährstoffe.

Der Mensch muß essen, d. h. Nährstoffe in sich aufnehmen, um den Verlust an Körperstoffen zu ersetzen.

Die Nahrungsmittel, welche wir zu uns nehmen, müssen folgende Nährstoffe enthalten: 1. Eiweiß, 2. Fett, 3. Stärke (Zucker), 4. Salze, 5. Wasser.

Das Eiweiß, aus welchem sich im Blute vornehmlich Muskelfleisch bildet, ist ein wichtiger Bestandteil des Tier- und Pflanzenkörpers. Der Gesamtbestand unseres Körpers an Eiweißstoffen ist rund auf 10 Prozent zu veranschlagen, so daß der erwachsene Mensch von 70 Kilogramm Gewicht etwa 7 Kilogramm Eiweiß besitzt. Das Eiweiß kommt vor als tierischer Faserstoff (Fiboin-Fleisch), tierischer Käsestoff (Kaseïn-Milch), Pflanzeneiweiß, Kleber (Getreidearten), und Pflanzenkäsestoff (Legumin-Hülsenfrüchte) 2c. Aus Eiweiß kann unter Umständen im Körper Fett gebildet werden. Das Eiweiß für sich allein ist (ebensowenig wie die anderen Nährstoffe) keine Nahrung, d. h. der Körper geht zu Grunde, wenn er nur mit Eiweiß (bezw. Fett 2c.) genährt wird. Die tierischen Nahrungsmittel sind im allgemeinen reicher an Eiweißstoffen als die pflanzlichen, ausgenommen die eiweißhaltigen Hülsenfrüchte (Linsen, Bohnen, Erbsen).

Das Fett unterhält zum großen Teil die Atmung. Man unterscheidet harte und weiche Fette.

Das Hauptfettpolster schützt zunächst als Luft- und Stoßkissen mechanisch an denjenigen Stellen, wo die Haut einem Druck ausgesetzt ist (Fußsohle, Hohlhand, Sitzknorren, um die Gelenke herum), sodann ist es vermöge seines schlechten Wärmeleitungsvermögens von Bedeutung für die Wärmeregulation insofern, daß, je dicker das Fettpolster ist, umsomehr die Wärmeabgabe seitens der darunter gelegenen Teile (Muskeln, Eingeweide u. a.) verhütet wird. Daher frieren bei niedriger Außentemperatur magere und hagere Menschen viel eher, als fette. Hiermit hängt es auch zusammen, daß für die Bewohner der arktischen Zonen (Eskimos, Lappländer) die starke Entwicklung des Unterhaut-

fettgewebes, nicht selten bis zur Verunstaltung der Körperform, charakteristisch ist.

Genießen wir mehr Fett, als wir nach den Gesetzen der Ernährung bedürfen, so wird der Ueberschuß am Körper abgelagert. Der Bedarf an Fett hängt von der Außentemperatur und von dem Verhalten der Muskeln ab; bei Kälte und bei energischer Muskeltätigkeit gebrauchen wir viel Fett. Der gesunde Mensch verdaut 100 Gramm Fett pro Tag leicht, in den meisten Fällen auch noch 150 Gramm, größere Mengen veranlassen oft Beschwerden oder gar Verdauungsstörungen.

Als Sparmittel an Stelle vom Eiweiß und Fett sind die Leimstoffe zu erwähnen. Sie finden sich nur in tierischen Nahrungsmitteln, besonders in Knochen und Knorpeln; in der Hitze flüssig, erstarren sie beim Erkalten zu einer gallenartigen Masse. 100 Gramm Leim sind im Stande, 36 Gramm Eiweiß und 25 Gramm Fett zu ersparen. Reich an Leimstoffen ist der Kopf des Kalbes, sowie die an Haut und Sehnen reichen Füße vom Kalb und vom Schwein. Die sogenannten Knochenleimsuppen, welche aus Sehnen, Knorpeln und Knochen hergestellt werden, führen aus diesen sonst in der Küche nicht verwertheten Theilen dem Körper Leimstoffe zu und sie können somit in der Ernährung der Unbemittelten als billiges Nahrungsmittel an Stelle der theuren Eiweißstoffe eintreten.

Stärke, Zucker und Gummi faßt man unter dem Namen Kohlenhydrate zusammen. Die Kohlenhydrate sind (nächst den Leimsorten) die wirksamsten Sparmittel für den Eiweißumsatz, auch der Fettverlust wird durch sie beschränkt; doch leisten erst 24 Theile Kohlenhydrate so viel wie 10 Theile Fett. Reichlich (neben Eiweiß) genossen werden sie in Fett übergeführt und als solches am Körper abgelagert. Doch darf man den Fettverlust des Körpers nicht ausschließlich durch Verabreichung von Kohlenhydraten verhüten wollen. Selbst bei strengster Arbeit soll die Gabe von 500 Gramm nicht überschritten werden. Für das unersetzliche Eiweiß kann selbst die größte Gabe Kohlenhydrate nicht eintreten. Die Stärke ist in Wasser nicht löslich, dagegen Zucker und Gummi. Eiweiß, Fett, Zucker aus dem Thierreiche werden im allgemeinen leichter und vollständiger verdaut, als das pflanzliche Eiweiß und Stärkemehl.

Die Salze, auch Aschenbestandtheile genannt, die dem Blute durch die Nahrungsmittel zugeführt werden, bestehen in Kochsalz, Verbindungen des Phosphors, des Eisens, Kalkes u. s. w.; aus ihnen bilden sich die Knochen, Zähne, Knorpeln und Haare. Sinkt der Mineralbestand des Körpers unter eine gewisse Grenze, so geht der Mensch zu Grunde, auch wenn alle sonstigen Nährstoffe in genügenden Mengen geboen

werden. Aber auch das Trinkwasser führt uns Mineralstoffe zu (kohlensauren Kalk und Magnesia).

Zu den erwähnten Nährstoffen tritt noch das Wasser. Das Wasser ist ein unentbehrliches Lebensbedürfnis und ein wichtiger Nahrungsstoff, weil es einen wesentlichen Bestandteil (60 Prozent) unseres Körpers bildet; es besteht aus zwei Hauptteilen: Sauerstoff und Wasserstoff. In der Natur findet man nirgends vollkommen reines Wasser. Das Regenwasser enthält die zufälligen Beimengungen, von denen es die Luft reinigt; im Quellwasser dagegen sind gar mancherlei Stoffe aufgelöst, denen es in der Erde begegnet (Mineralquellen). Harte Wasser haben ziemlich großen Gehalt an schwefelsaurer oder kohlensaurer Kalkerde und Magnesia und werden beim Kochen etwas milchig; die Kalkerden bilden einen Bodensatz, Kessel- oder Pfannenstein, auch Wasserstein genannt. Hartes Wasser wird durch Zusatz von Soda und durch Sieden weicher und reiner. Weiches Wasser hat dagegen nur eine geringe Menge Kalkerde und gibt mit der geringsten Menge Seife einen Schaum. Gutes Trinkwasser muß klar, farblos und geruchlos, sowie von reinem, erfrischendem Geschmacke sein; es muß ferner frei sein von allen Verunreinigungen, welche für den menschlichen Körper sich als schlechtbekömmlich oder gar als gesundheitsgefährlich erweisen.

Alle obigen Nährstoffe müssen in unserer Nahrung in einem richtigen Verhältnisse enthalten sein; einförmige Kost ist schädlich. Ausschließlich thierische Kost würde den Körper mit Eiweiß überschwemmen, Kohlenhydrate würden fehlen. Bei der rein pflanzlichen Kost dagegen müssen bedeutende Speisemengen aufgenommen werden, der Körper wird neben häufig unzureichendem Gehalt an Eiweiß und Fett mit Kohlenhydraten überschwemmt. Auch spricht gegen ausschließlich pflanzliche Nahrung die schlechte Verwertung, die saure Gährung und bei sitzender Lebensweise und schwacher Verdauung hauptsächlich die vermehrte Gasbildung im Darmkanal.

---

# Rezepte.

## Erprobt und gut befunden.

**Wie man alte Kartoffeln wieder wohlschmeckend macht.** Nachdem die Kartoffeln geschält, die Keime sorgfältig ausgestochen und gewaschen sind, bringt man sie mit kochendem Wasser und dem nötigen Salz in einem nicht zu kleinen Topfe aufs Feuer und läßt sie rasch 5—6 Minuten kochen, nachdem schüttet man das Wasser ab und frisches kochendes darauf, worin sie jetzt schnell gar kochen. Dann gießt man sie möglichst trocken ab, setzt den Topf offen auf eine heiße Stelle und schwenkt sie häufig, bis alle wässrigen Theile verdampft sind. In einer

erwärmten Schüssel bringt man sie zugedeckt zu Tisch und jeder wird finden, daß sie sehr gut sind. Durch dieses Verfahren — das Ersetzen des ersten Wassers durch frisches — werden nicht allein alte Kartoffeln, sondern auch weniger gute Sorten ganz bedeutend verbessert. Ein sorgfältiges Kochen der Kartoffeln ist überhaupt empfohlen, und doch wird dagegen häufig gesündigt, und dieses wichtige, beliebte Nahrungsmittel manchmal bei seiner Bereitungsweise sehr stiefmütterlich behandelt. Da bekommen die Kartoffeln den schlechtesten Platz auf der Maschine, wo sie langsam oder fast gar nicht kochen, und das können die besten nicht vertragen. Oder sie werden zu früh aufgesetzt, daß sie zu lange vor dem Anrichten gar sind. Die Kartoffel ist sehr anspruchsvoll, sie will nicht auf uns, wir sollen auf sie warten. Ist sie zu ersterem gezwungen, so verliert sie sofort an Geschmack. Immerhin kann man ihren Wohlgeschmack ein Weilchen erhalten, wenn man sogleich ein reines Tuch fest auf die fertigen Kartoffeln legt und sie in eine heiße Röhre oder den Ofen stellt.

*

**Kräftige Fleischsuppe von Knochen.** 1½—2 Pfund Knochen (für 5—6 Personen), an denen noch etwas Fleisch, einerlei ob von gebratenem oder frischem Fleische, werden klein gehackt, mit einem haselnußgroßen Stückchen Ingwer, einigen Pfefferkörnern, einer guten Stange Porree, 1½ bis 2 Stunden gekocht. Dann gieße die Brühe durch ein Sieb, entferne das Fett und thue hinzu einen kleinen oder einen halben großen Kopf Sellerie, etwas Wurzelwerk, ein Stückchen Butter, 1½ bis 2 Theelöffel Liebigs Fleischextrakt oder Maggis Suppenwürze, wodurch die Suppe schöne Farbe und kräftigen Geschmack erhält, das nöthige Salz und lasse alles noch ½ bis ¾ Stunde durchkochen.

*

**Das Waschen der Gemüse.** Daß Gemüse ungewaschen schmackhafter seien, ist eine ganz unrichtige Annahme, welche durch jeden probeweisen Vergleich sofort widerlegt wird. Versuche nur einmal, wie denn eigentlich das Wasser schmeckt, mit welchem man das Gemüse gewaschen hat (denn dieses sollte dann den ganzen Wohlgeschmack enthalten, das sogenannte „Aroma", welches man von dem Gemüse abgewaschen hat). Man wird sich überzeugen, daß es ganz widrig, ja eckelhaft schmeckt, von „Aroma" keine Spur. Untersucht man dieses Wasser aber noch genauer, so findet man zu seinem Staunen (unter dem Vergrößerungsglas) eine Menge von thierischen Schmarotzern, sowie Eier derselben und Sporen von Kryptogamen, nebst Auswürfen und Ueberbleibseln von verschiedenen Tierchen, Schneckenschleim 2c., kurz — alles mögliche, nur nichts Schmackhaftes. Wir wollen nun nicht einmal die Gefährlichkeit dieser Spulwurm- und Schmarotzereier aller Art näher be-

schreiben (welche namentlich den aus dem Süden kommenden Gemüsen anhaften) und ihren großen Nachtheil für den menschlichen Organismus, sondern überlassen es getrost den verehrten Hausfrauen und ihrem Reinlichkeitssinn, überzeugt, sie werden sich nach diesen Auseinandersetzungen weder durch andere Zeitschriften, noch durch Kochbücher abhalten lassen, die Gemüse vor deren Zubereitung recht gründlich zu waschen, wie dies eigentlich auch mit dem Obst geschehen sollte.

*

**Kalbsschnitzchen in Rahmsauce.** Man schneidet handgroße Stückchen vom Kalbsschlegel, klopft und salzt sie und spickt sie mit feingeschnittenem Speck. Dann läßt man Butter in einer Casserolle zergehen, gibt zerschnittene Zwiebeln, eine geriebene gelbe Rübe, etwas Citrone und die Schnitzel hinein und läßt sie zugedeckt eindünsten. Wenn die Fleischstückchen auf beiden Seiten gefärbt sind, werden sie herausgenommen, 5 Löffel saurer Rahm mit 1 Eßlöffel Mehl verquirlt, mit etwas Wein und Fleischsuppe nachgegossen und die Schnitzchen mit der Sauce noch fertig gekocht.

*

**Eingebrannte Suppe.** In einer Pfanne wird apfelgroß Schmalz heiß gemacht, 3—4 Kochlöffel Mehl mit dem nöthigen Salz wird darin dunkelgelb geröstet, und hernach mit etwas Kümmel und heißem Wasser zur gehörigen Suppendicke angerührt, 1/4 Stunde aufgekocht und durchgeseiht, über zwei altgebackenen, in kleine Würfel geschnittene Semmeln angerichtet.

*

**Italienischer Salat.** Kalbsbraten, Kartoffeln, Aepfel, hartgesottene Eier, Sardellen, gekochte Sellerie. Dies wird in gleiche Streifen geschnitten, dann einige Kapern hinzugethan, gut gerührt, mit etwas feinem Pfeffer, Salz, Senf, viel Oel und etwas Rhein- oder gutem alten Wein angemacht.

*

**Braune Zwiebelsauce.** Man röte vier Eßlöffel voll fein gehackte Zwiebeln mit zwei Eßlöffeln voll Mehl in Butter kastanienbraun, rühre es mit 3/8 Liter Wasser und vier Eßlöffeln voll Essig an, würze es mit Pfeffer und Salz und lasse es 1/4 Stunde kochen. Dem Ganzen kann man auch zwei Eßlöffel voll Senf hinzufügen.

*

**Kalbfleischkügeli.** 3/4 Kilo rohes Kalbfleisch wird fein gehackt, mit 2—3 Eiern, wenig Mehl, Salz, Pfeffer, Muskatnuß und feinen Kräutern gemischt, davon mit feuchter Hand Klößchen in der Größe einer Baumnuß geformt, diese in siedender Fleischbrühe (oder Wasser) aufgekocht, wenn sie oben schwimmen, herausgenommen und mit einer pikanten Buttersauce, welche mit Eigelb abgezogen wurde, übergossen.

**Französische oder Wurzel-Suppe:** 2 gelbe Rüben, 1 Selleriekopf, 2 Petersilienwurzeln, etwas Lauch und etwas Wirsing, wenn zu haben auch Spargelköpfe, etwas Blumenkohl, und einige grüne Bohnen werden rein geputzt, gewaschen und fein geschnitten mit etwas Fleischbrühe 1 bis 1½ Stunden langsam weich gedämpft, dann mit der nötigen Fleischbrühe noch fertig gekocht und dann eingerichtet. Am Längsten kochen Bohnen, weniger lang die Spargel, am Kürzesten der Blumenkohl.

*

**Guter Kartoffelsalat.** Die warm geschälten und geschnittenen Kartoffeln gibt man in eine tiefe Schüssel, die mit einem Scheibchen Knoblauch vorher ausgestrichen wurde. Ueber die Kartoffeln gießt man einige Löffel mit Maggi's Suppenwürze gekräftigter Fleischbrühe, und vermischt sie nachher mit ganz fein geschnittener Zwiebel, Schnittlauch, dem nötigen Oel und Essig, Pfeffer und Salz.

*

**Griesmehlsuppe von Milch.** Das Griesmehl wird unter beständigem Rühren in die kochende Milch gethan, mit Zucker, Salz und etwas frischer Butter gekocht, bis die Suppe recht sämig ist. Auf eine Person rechnet man ½ Liter Milch und 30 Gramm Griesmehl. Ein Drittel Wasser kann zugesetzt werden.

*

**Schinkenschnittchen.** Die Ueberreste eines gekochten Schinkens wiegt man fein, rührt das Fleisch mit einigen Löffeln Jus aus Liebigs Fleischextrakt, einem Löffel geriebenem Käse, wenig Pfeffer, Sahne und Petersilie auf dem Feuer heiß, zerquirlt einige Eidotter mit der Farce, fügt das nöthige Reibbrod hinzu und streicht das Füllsel auf kleine dünne, in Milch geweichte Weißbrodschnittchen, wendet diese in Ei und Reibbrod und bäckt sie in Schmelzbutter lichtbraun.

*

**Kohlrabi.** Nach dem Abschälen und Waschen schneide man dieselbe in feine Scheiben oder Streifen und koche sie in gesalzenem kochenden Wasser weich. Alsdann wird Nierenfett oder Butter und Mehl geschwitzt, nach Geschmack frische Milch oder Fleischbrühe, nach Belieben Muskatnuß und Salz dazu gegeben und darin durchgedämpft. Sind die Kohlrabi noch recht zart, so werden die Herzblätter fein geschnitten, ebenfalls, jedoch allein, abgekocht, mit Butter und Fleischbrühe durchgeschwenkt, und die wie Blumenkohl gedämpften und angerichteten Kohlrabi damit ringsumher garnirt. Beilagen: Klops, gebratene Frikandelle, Saucischen.

*

**Risotto.** 150—200 Gramm Knochenmark und 80 Gramm Speck, beides fein geschnitten, werden zum Feuer gebracht und so dies etwas geschmolzen, 250—300 Gramm Reis, der vorher mit kochendem Wasser

gebrüht worden ist, hineingegeben, circa 10 Minuten gerührt, 1½ Liter Fleischbrühe zugegossen und unter fleißigem Rühren körnig weich gekocht. Hierauf nimmt man für 10 Cts. Safran, löst ihn in einer Tasse heißem Wasser oder Fleischbrühe auf und gießt nun diese Flüssigkeit zu dem Reis, damit er gelb wird, fügt dann 250 Gramm Parmesankäse, das nötige Salz, etwas Pfeffer und Muskatnuß hinzu, rührt alles gut durcheinander und läßt den Risotto noch eine Weile kochen (er darf aber nicht zu Brei werden), und richtet ihn dann an.

*

**Kalbsbraten in Buttermilch.** Man legt eine gehäutete und geklopfte Kalbskeule oder einen Rücken 4—5 Tage in Buttermilch, die man während dieser Zeit einmal erneuert und welche das Fleisch völlig bedecken muß; erst wenn der Braten zugesetzt werden soll, nimmt man ihn heraus, wäscht ihn und trocknet ihn ab, reibt ihn mit Salz ein und legt ihn in die Pfanne mit kochender Butter, thut einige Speck- und Schinkenscheiben, eine Zwiebel, Wurzelwerk und ein kleines Kreuterbündelchen, sowie ein Lorbeerblatt hinzu, brät ihn bei guter Hitze unter öfterem Begießen eine Stunde lang, bestäubt ihn mit einem Löffel Mehl und läßt ihn bräunen, während man nach und nach ½ Liter Milch oder Rahm in die Pfanne zugießt. Ist der Braten fertig, so rührt man die Sauce durch ein Sieb und gibt sie dazu.

*

**Rauchfleischsuppe.** Das Rauchfleisch wird über Nacht in kaltes Wasser gesetzt, am Morgen mit heißem Wasser und einem reinen Heidebesen gereinigt, dann nochmals mit heißem Wasser abgewaschen, mit kaltem Wasser auf's Feuer gesetzt und langsam, aber ununterbrochen 3½ Stunden lang gekocht. Sobald dasselbe kocht, thue man feine Graupen und zwei Stunden später eine wohlgereinigte klein geschnittene Sellerieknolle oder Porreestange hinzu; in Ermangelung dieser einige Sellerieblätter, aber wenig, auch sind junge Kohlrabi gut darin. Das Fett wird nach und nach abgefüllt. Zum Sämigwerden kann mit etwas gebranntem Mehl nachgeholfen werden.

---

Je einfacher und mäßiger wir essen, desto mehr Widerstandskraft besitzen wir gegen krankmachende Einflüsse.

Gib' Acht, daß nie Dein Herz
Den weisen Spruch vergesse;
Man isset, daß man lebt,
Und lebt nicht, daß man esse.

Alle Tage nur ein einziges Stück Holz zuviel in den Ofen gesteckt, macht im Monat 30 Scheite, und im Laufe des Jahres 360 Scheite Holz, gewiß ein ansehnliches Stößchen — also sparsam umgehen.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen.