

Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 22 (1900)
Heft: 16

Anhang: Zweite Beilage zu Nr. 16 der Schweizer Frauen-Zeitung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.02.2026

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

Die Sonne im Examen.

Die Wandel-, Schwanz- und Nebelsterne nahmen einmal die Sonne peinlich ins Examen.
Die Theorie der Wärme und des Lichts, den farbendruck, den Grund von Nacht und Tag begehrten sie mit wichtigen Kennermienien.
Die Sonne sprach: „Davon versteh' ich nichts.“ Dann stand sie auf. Die klaren Augen schienen vor Lust und Mut, und ringsum ward's Tag. Karel Spitzer.

Das Gähnen.

Wohl die meisten Menschen glauben, daß das Gähnen eine Folge von Langeweile sei, und gar manche bezeichnen es als etwas Unschönes, in Gesellschaft ganz unpassend. Wer aber über diese Sache einmal ruhig nachdenkt, der kommt zu ganz anderen Schlüssen. Unsere Natur ist vom Schöpfer gut eingerichtet, und alles, was sie ungesteuert thut, gereicht zu unserem Besten. So ist es auch beim Gähnen. Dassebe tritt nämlich jedesmal dann ein, wenn in unserm Blute fast alle eingetmette Luft verbraucht ist. Es ist also gewissermaßen ein Notsignal, das in unserer Körpermachine erlöst, wenn wir an schlechter Luft zu erstickten drohen. Der Körper aber wehrt sich dagegen und zwinge uns, selbst in der feinsten Gesellschaft — allerdings mit der Hand vor dem Munde — einen tiefen Atemzug zu thun, den wir — horribile dictu — Gähnen nennen. Sind wir zu Hause auf unserem Zimmer allein, dann wird dieser naturnotwendige Akt zur Erneuerung unseres Blutes in recht energischer Weise vorgenommen, wie uns allen bekannt ist.

Wer gähnen muß, der fühlt meistens oder hat schon längere Zeit fast bewegungslos gefangen. Nun zeigen aber gerade beim Sagen die meisten Menschen eine sehr schlechte Körperhaltung, indem auf unseren modernen Stühlen und Bänken die Brust gegen den Unterleib eingeknickt wird, so daß Brustkorb und Lunge sich kaum bewegen können. Wer so längere Zeit — vielfach dabei auch stumm und bewegungslos — aushalten muß, der kann unmöglich richtig, d. h. tief und ausgiebig atmen. Die bösen Folgen bleiben dann nicht aus: Blutarmut, Nervosität, Husten u. dgl. Vor diesen schlimmen Folgen will uns nur die Natur durch das Gähnen schützen, indem sie uns zwingt, einmal recht tief zu atmen. Arme und Beine zu bewegen und die etwas stockende Maschine in guten Gang zu bringen. Wohl dem, der diesem Mahntruf in der rechten Zeit folgt!

Somit ist also das Gähnen kein Zeichen von Langeweile, sondern ein Zeichen dafür, daß man sich an seinem Körper versündigt, daß die Atmung, der richtige Lebensvorgang, infolge schlechter Körperhaltung und Bewegungsfreiheit danebenerliegt. Ein jeder richte sich danach und nehme sofort nach jedem Gähnakte längere Zeit Tieftatmungen vor oder mache sich starke Lungenbewegung durch lautes Sprechen, Singen, Spielen auf Blasinstrumenten, oder nehme die eine oder andere kräftige Körperbewegung vor, welche von selbst die Atmung in guten Gang bringt.

Die Macht der Einbildungskraft.

In sehr anschaulicher Art erläutert Prof. Slosson deren Dasein in der „Psychological Review“ an einem von ihm in seinen Vorlesungen an der Universität von Wyoming angestellten Experiment. Nachdem zuerst einige andere Versuche demonstriert worden waren, brachte er eine mit destilliertem Wasser gefüllte und wasserbeschichtete Flasche auf seinen Versuchstisch und erklärte nun seinen Studenten, genau feststellen zu wollen, wie schnell der Geruch der darin enthaltenen Flüssigkeit sich im Raum verbreiten würde. Er bat die Zuhörer, die Hand emporzuheben, sobald der Geruch sich bis zu ihrem Platz verbreitet haben würde, entzog dann sorgfältig die Wasserflasche, goß etwas von dem darin enthaltenen Wasser auf ein Stück Watte, indem er das Gesicht abwandte, als wenn er einen heftigen Geruch vermeiden wollte, zog die Uhr und wartete einige Sekunden. In der kleinen Pause dazwischen erklärte er seinen Schülern, absolut sicher zu sein, daß kein Anwesender bisher den Duft der zu dem Versuch benutzten chemischen Verbindung kennen, aber wenn er auch stark sei, hoffe er doch, daß er niemand lästig werden würde. Das Resultat dieser Vorbereitung war ungemein interessant. Nach kaum 15 Sekunden hatte die Mehrzahl der seinen Plätzen nahe stehenden Zuhörer eine Hand erhoben, nach 40 Sekunden hatte sich der Duft bis zu den entferntesten Plätzen verbreitet, ungefähr drei Viertel der Studenten spürten den Geruch und nur eine geringe Minderzahl, in der die Männer vorherrschten, bestand darauf, nichts wahrzunehmen. Die Zahl der Personen, welche der Suggestion unterlagen, wurde ohne Zweifel noch zugemessen haben, wenn Prof. Slosson sich nicht genötigt gesehen hätte, den Versuch vor der Zeit abzubrechen, da einige Zuhörer sich unangenehm belästigt fühlten und das Auditorium verlassen wollten.

Neues vom Büchermarkt.

Neapel. Dies ist die Ueberschrift der 7. und 8. Lieferung des herrlichen Werkes, welches im Verlage des Comptoir de Phototype, in Neuchâtel, unter dem Titel: *Meine Reise in Italien* zu dem billigen Preise von 75 Cts. per Heft erscheint.

Nachdem uns die Lagunenstadt Venedig vorgeführt wurde, das reiche Florenz mit seinen stolzen Palästen, nachdem wir Rom mit seinen Kirchen und hohen historischen Altertümern kennen gelernt haben, erreichen wir im Fluge das malerische Neapel, das Ideal einer italienischen Reise. Es sind ganz ausgezeichnete photographische Wiedergaben, die wir da erblicken, so vorzüglich, daß es wirklich unmbaßlich ist, den Abonnenten in zwei Heften mit 72 Illustrationen mehr zu bieten. Was wir auch immer auf gut Glück herausgreifen, ist Vollerlung! Die lebendigen Kronenbilder, die Szenen an den Verkaufsbuden der Macaroni- und Fischhändler, das hunde Treiben am Quai und im Hafen, das ist so glücklich gefaßt, daß man förmlich alles in Bewegung zu sehen glaubt. Der rauhende Beif, die superben Bilder in Großformat: Santa Lucia, Via Roma, das königliche Palais, der Positivo, die Humbertgalerie, mit einem Worte, alles ist tadellos.

Zwölf Spalten klar geschriebenen Textes begleiten die beiden hervorragenden Lieferungen, die allen denen wärmsten empfohlen werden können, welche noch nicht darauf abonniert sind. Da der Subscriptionspreis von 75 Cts. pro Lieferung vermutlich noch vor dem Erscheinen des kompletten Werkes geschlossen wird, sollte niemand zögern, von dieser nur noch kurze Zeit währenden Vergünstigung Gebrauch zu machen. Die Abonnentenzahl ist in raschem Wachsen begriffen und alle, die das Werk bestehen, werden, sobald das letzte Heft erschien, in eine Fülle von Bildern italienischer Kunst und Szenen bestehen, die zu diesem Preise ohne Parallele darstehen.

Q Wenn Sie Stickereien irgend welcher Art und Gattung benötigen, für private Verwendung oder zum Wiederverkauf, so bin ich dafür an der ersten Quelle. Ich führe kein Ladengeschäft und brauche deshalb weder Lokalnieme, noch Bedienung auf die Ware zu schlagen und kann deshalb außerordentlich billig liefern. Anfragen unter Chiffre B283 werden schnellstens beantwortet. [288]

Gegen Schwäche, Müdigkeit, Magenkrämpfe gibt es nichts Besseres, als eine Kur mit dem **Eisenecognac Golliez**; seit 24 Jahren ist dasselbe überall als Heilmittel ersten Ranges eingeführt. Ueber 20,000 Zeugnisse und die höchsten Auszeichnungen zeugen für seine gute Wirkung. Achten Sie stets auf die Marke „2 Palmen“. Preis Fr. 2.50 und Fr. 5.— in den Apotheken.

Hauptdepot: **Apotheke Golliez in Murten.**

E In Appretmittel von bester Güte ist die sehr rath in Aufnahme gekommene **Memory-Meistärke mit der Löwenmarke**. Wer hauptsächlich schöne Herrenwäsche erzielen will, der sollte sich seiner andern Marke bedienen. [290]

Das offizielle

Verkehrs-Bureau St. Gallen

ist nun im Hause Schützengasse 2, Parterre, installiert. Dasselbe steht unter der bewährten Leitung des bisherigen Sekretärs Hrn. F. Hasselbrink, welcher dem reisenden Publikum mit jeder wünschbaren Auskunft bereitwillig dient. [283]

Kräftigungsmittel.

Herr Dr. Neumann, Kinderarzt in München, schreibt: „Dr. Hommel's Hämatogen habe ich in zwei Fällen von Blutarmut und Aekrovaflesenz posthypnum abdom. erprobt. Die Wirkung war eine geradezu straßende; die Patienten erholten sich so aufzallend gut und schnell, wie ich es bei Gebrauch ähnlicher Kräftigungsmittel noch nie beobachtet habe. Ich sehe nicht an, Ihrem Hämatogen die erste Stelle unter allen existierenden Hämaglobinpräparaten einzuräumen und habe mir sehr vorgenommen, in geeigneten Fällen nur Ihr wirklich wertvolles Präparat zu verordnen.“ Depos in allen Apotheken. [1082]

15

Die PATE ÉPILATOIRE DUSSE

Statt Eisen, statt Fischthran
gibt man Erwachsenen wie Kindern das leicht und angenehm zu nehmende

Leberthran-Pulver
(Sauters)

welches alle die Bestandteile enthält, die im Fischthran wirksam und ernährend sind, und vom schwächsten Magen verdaut wird und ein vorzügliches Hülfssarzneimittel ist bei scrophulösen und rheumatischen Leidern, englischer Krankheit, Drüsenschwelungen, Gelenkentzündung, Kropf, Hautkrankheiten, Brustschwäche, allgemeiner Schwäche bei Kindern, welche in der Entwicklung zurückgeblieben sind. Preis per Flacon 1 Fr. Außerdem empfiehle:

Kola-Coca ein ausgezeichnetes Kräftigungs- und Stärkungsmittel, vortrefflich auch nach Influenza. Preis per Schachtel Fr. 1.50, und ferner die beliebten

Pectoral-Paracelsius ein vorzügl. Hustenmittel zu 1 Fr. per Schachtel.

Hochachtungsvoll

Wolfhalden (Bodanien).

277] L-Arzt F^{eh} Spengler.

Wir empfehlen unsere prächtig ausgestatteten

Einbanddecken

als stets willkommene

Hübsche passende Geschenke

Schweizer Frauen-Zeitung Fr. 2.—

Für die Kleine Welt Fr. 1.—

Koch- und Haushaltungsschule Fr. 1.—

Promoter Versand per Nachnahme.

Verlag und Expedition.

Milchmehl „GALACTINA“



Unübertrifft leicht verdaulich und von höchstem Nährstoffgehalt. Bester Ersatz der Muttermilch. Aerztlich empfohlenes Nahrungsmitte für Kinder und Magenleidende jeden Alters. Ausgezeichnete Zeugnisse von hervorragenden Aerzten und Lebensmittelchemikern. Höchste Auszeichnungen: 5 Ehrendiplome, 12 grands prix, 21 goldene Medaillen. 19jähriger Erfolg.

Schweizer Kindermehl-Fabrik

(H 494 Y) Lüthi, Zingg & Cie., Bern. [264]

Überall erhältlich in Apotheken, Drogerien und Spezerei-Handlungen.

Das gesündeste, feinste und billigste **Speisefett** zum Kochen, Braten und Backen

* Kokosnuss-Butter „Palmin“

chemisch rein, frischlich empfohlen, analysiert vom thür. Laboratorium Frauenfeld à 90 Cts. per Pfund gleich 5-1 Pfund Butter liefert in 9 Pfund-Büchsen franko gegen Nachnahme (Zä 1543 g) [186]

Karl Brugger-Harnisch, Kreuzlingen.

Prospekte und Muster gerne zu Diensten.

Korsetts

stets neue Façons, gute Qualitäten.

Bequeme Korsetts

für ältere Damen

Gesundheitskorsetts

verschiedener Art

Gestrickte Korsetts

Büstenhalter • Geradehalter
Gestältchen

Schliessen, Fischbeine, Stäbe, Nestel etc. 182] empfiehlt

E. Schönenberger-Hebbel

Neugasse 44, St. Gallen.

Rob. König

Schuhlager

120

Metzgergasse 18

St. Gallen.

Prima

Reformen

120

Büllige feste

Preise

Spezial-Anfertigung für kranke & anormale Füße

Visit-, Gratulations- und Verlobungskarten
in jedem Genre liefert prompt
Buchdruckerei Merkur in St. Gallen.

