

**Zeitschrift:** Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis  
**Band:** 22 (1900)  
**Heft:** 45

**Anhang:** Beilage zu Nr. 45 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:** 04.04.2026

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

Briefkasten der Redaktion.

Frau J. M. in S. Wen die Verhältnisse zu einem gesundheitswidrigen Leben nötigen, der muß aus seiner trübsamen Situation das Beste zu machen suchen. Da Sie Ihre Arbeit nur sitzend verrichten können und ein tägliches Bewegen im freien Ihnen unmöglich ist, müssen Sie sich einen gewissen Zwang der Bewegung im Hause auferlegen. Lassen Sie sich gründlich nicht bedienen, wenn es etwas zu holen, zu reichen oder zu fragen gibt. Stehen Sie von der Arbeit auf und machen Sie selbst die nötigen Schritte. Am besten ist's, wenn Sie über Treppen zu gehen haben; dann sollte dies systematisch zwei- bis dreimal hintereinander geschehen, indem Sie dabei eine kleine Last auf dem Kopfe tragen, was Sie zum Tiefatmen nötigt und zu einer guten Haltung zwingt. Sodann ist jeder Moment des Aufblickens von der Arbeit zum befristeten Tiefatmen, zum mehrmaligen langsamen, aber möglichst umfassenden beidseitigen Drehen des Kopfes, abwechselnd mit Drehen der Glieder, mit bequemem Anrühren des Nackens und mit dem Ausblicken ins Grüne, zu benutzen. Wußt die Arbeit durch einen eintretenden Wechsel von Worten unterbrochen werden, so soll dazu in zurückgelehnter Ruhestellung tief geatmet werden. Mit dem Stundenschlage, damit es nicht verkümmert wird, soll bei geöffneten Thüren für einige Sekunden durch das Fenster ein frischer Luftstrom ins Zimmer eingelassen werden. Es sind nur drei Mahlzeiten im Tag zu genießen, und auch diese müssen unabänderlich dann abgebrochen werden, wenn der Gaumen noch nach mehr verlangt. Fette Mehlspeisen oder Gebäckenes ist nicht zuträglich, Obst in jeder Form und rasch gebrauchtes Fleisch. Wer anhaltend geistig arbeiten muß, darf auf dem Mittagstische auch keine noch so scheinbar harmlose Alkoholika dulden; dagegen thut eine Tasse Kaffee oder Thee zur Beförderung der Verdauung gute Dienste, nach Gemohnheit, Alter und momentanem Befinden auch eine kleine Mittagsruhe, die nur ein Schlummern in ganz bequemer Stellung, aber kein Schlaf sein darf. So lange nachts gearbeitet wird, hat auch die regelmäßige kurze Lufterneuerung zu geschehen. Die Kleidung muß ganz bequem sein, ganz besonders am Hals, um die Taille und an den Armen. Beim Schlafengehen soll das Bett angenehm erwärmt sein, wenn das Wetter kühl ist, und der Kopf soll nicht erhöht auf Federtissen, sondern nur auf einem Polster, oder auf der Matrasse liegen. Offenes Fenster ist unerlässlich. Mit einer leichten, angenehmen Lektüre (seien es Briefe oder Bücher) pflanze man noch schöne und angenehme Gedanken in den Kopf, und dann lege man sich bequem zur Ruhe. (Keine engen Hals- oder Armbüchlein am Nachtskleid!) Beim Erwachen bringe man sich am Morgen in bequeme Lage im Bett und mache seine gründlichen Tiefatmungen; man massiere sich den Leib und die Glieder unter der schützenden Decke und lasse sich nachher, je nach Konstitution, Temperament, Gemohnheit und Jahreszeit, je eine kalte Abwaschung unter der Decke, oder ein kaltes Abwaschen, Abklatzen, Uebergießen zc. im Baderraum zufommen. All dieses zusammen vermag die Schädlichkeiten der anhaltenden und fortgesetzten sitzenden Lebensweise zu kompensieren. Sollte unter diesen Vorsichtsmaßregeln die flotte Verdauung dennoch zu wünschen übrig lassen, so ist zu diesem Behufe Nachhilfe zu schaffen; denn dies ist eines der allerersten Erfordernisse zum Wohlbleiben unter unhygienischen Verhältnissen. Für die schöne Jahreszeit kann manche dieser Vorschriften modifiziert werden.

F. B. S. Was Sie uns in so schlichten Worten vertrauensvoll erzählen, ist ein Blatt aus dem Buche des Lebens, das nicht ohne Nüchternheit und stille Genüßthung gelesen werden kann. Nicht ohne Nüchternheit, denn es liegt darin ein ungenossener und mit den Jahren schmerzhaft empfundener Bericht auf des Weibes

natürlichen Beruf, eine stille Resignation und ein Gebundensein der Schönheiten, in ihrer Betätigung edelsten Körper- und Seelenkräfte. Mit der Nüchternheit geht aber die innere Genüßthung Hand in Hand über die echt weibliche, edle Art, mit welcher die vom Schicksal in enge Schranken gestellte, um das Gatten- und Mutterglück verkürzte Frau, die auch nur spärliche Gelegenheit hat, die großen Gedanken neuer, freierer und geläuterter Lebensanschauung kennen zu lernen und dieselben fördern und abklären auf sich einwirken zu lassen, sich doch unvermerkt Raum schafft für fräuliches und mütterliches Wirken. Dieses fräuliche und mütterliche Wirken auf platonischer Grundlage kann einem edel veranlagten weiblichen Wesen, zumal in reifern Jahren, die Ehe und das Glück der wirklichen Mutter ersetzen, und in ihrer Hand liegt es auch, den Verkehr mit dem Freund, der an ihrem Umgange sich aufrecht und aus drückenden Verhältnissen sich wieder zurechtfindet, innert den Grenzen treuer und inniger Freundschaft zu erhalten auch dann, wenn es sie Ueberwindung kostet, die wärmeren Gefühle des Mannes scheinbar nicht zu erwidern. Wie schmerzhaft es ist, auf ein Eheglück verzichten zu müssen, nachdem wir bloß leicht die Hand danach auszustrecken brauchen, das wissen Sie nun aus eigener Erfahrung; doch hat das Leben Ihres Freundes Ihnen auch klar gezeigt, welch ein unbedingender, unaussprechlich peinvoller Zustand eine Ehe für den Mann sein muß, wenn sie nicht im Vollbestehen des verantwortlichen Schrittes, als erzuwogene Sühne einer Jugendthorheit, oder hauptsächlich aus Nützlichkeitsgründen geschlossen wurde. Ueber beide, mit Wein und Anfechtungen aller Art verbundene Zustände vermag nur der Jahre Fluht, ernsthafte Arbeit und treue Freundschaft hinwegzubellen. Ist man aber einmal auf der Höhe der Resignation, des willig sich fügens in sein Geschick angelangt, so müßte es ein verhängnisvolles Unterfangen genannt werden, sich wieder aus neue hineinzufürzen in die Blut der Leidenschaft, daran die elastische Jugend die Flügel sich verjagen kann und welche für das reifere Alter so oft der Nagel zum Sarge wird. Jetzt, als Freundin, sind Sie der Port des Friedens für den in unbefriedigenden Verhältnissen lebenden Mann, und Sie können dies ihm nur bleiben, wenn Sie ihn vor seiner eigenen Leidenschaftlichkeit schützen. Ihre schöne Aufgabe ist es, den Freund über seine begehrtlichen Augenblicke hinwegzuheben, Sie müssen klug und unvermerkt alles thun, um dem Mann, der momentan menschlicher Schwäche erliegen will, die Herrschaft über sich selbst wieder zu sichern. Dazu sind Sie seine Freundin, sein besseres Ich, das er in der Ehegattin nicht zu finden vermag. Das ist Ihre „mütterliche“ Mission, unter deren beruhigenden und veredelnden Einfluß ein Freundschaftsverhältnis zwischen Mann und Frau außer der Ehe einzig bestehen kann. Es ist ungleich besser, Sie bereiten Ihrem Freund momentan eine Enttäuschung, vielleicht ein körperliches Weh, als daß ihre Nachgiebigkeit ihm die Selbstachtung und den Port des Friedens raubt, den Sie als edle Freundin ihm jetzt zu bieten vermögen. Um Ihre principielle Schlußfrage eingehend beantworten zu können, müßten wir über einen weit-aus größeren Raum zu verfügen haben, als wir solchen dieser Rubrik einräumen dürfen. Wenn Sie Ihr Blatt aber im ganzen aufmerksam durchlesen, so werden Sie die Quelle genannt finden, wo in so wichtigen Lebensfragen ebenso eingehende, als erhellende Belehrung geschöpft werden kann. Der unbekanntem Bittstellerin unsern besten Gruß.

Entnützte. Es ist durchaus nicht gesagt, daß das unerlässliche Seitenleben in der Ehe unabänderlich nur unter Turkeltauben-Girren vor sich gehen muß. Wo zwei bereits ausgeprägter Charaktere sich zusammenfinden, da wird das Bestreben der Anpassung und Ausgleichung sich nicht so unvermerkt vollziehen, wie dies

im gegenteiligen Falle geschieht. Es zeugt von wenig Menschen- und Weltkenntnis zu glauben, daß nun kein sonniges Wetter mehr werden könne, wenn der Früh-sommer sich mit elektrischen Entladungen einführt. Hören Sie z. B. was der ideale Karl Hensell in seinem neuesten Werk „Neues Leben“ über dieses Ausgleichungsbestreben in der jungen Ehe sagt:

„Du weichst vor haben habe, habe dich nicht, Und ich kann brauchen wie ein Katurat. Wir sind zwei lebensfähige Geschöpfe, Und schenken uns die Wahrheit stillernacht. Wir waren uns Gesicht uns selbe Spitze, Doch hat's gelüht. . . Nun aber geht's im Satz. Zwei Willen täuschten sich mit gung Stunde. Durch jene Liebe, die sich nicht im Grunde. Mühsalige du meines schönen Lebens. Dir beicht' ich meines Herzens Kampf und Streit: kein Woll, der uns geschieden, war vergebens, Und jeder Fortschrittsflug war selber Sieg u. f. m.

Bis sich aber diese Frühgewitter verzogen haben, bleiben Sie besser zu zweien allein. Undeinstfluß werden Sie sich aus Augenblicken der Aufregung viel leichter wieder zurecht finden, und es ist dann nicht zu fürchten, daß ein Zugeständnis aus verletztem Stolz unterdrückt wird. Ihre Mutter handelt aus Erfahrung, daß sie für das erste Jahr darauf verzichtet, in Ihren jungen Haushalt einzutreten. Und wir möchten Ihnen sogar den Rat geben, auch auf die Faltung des Dienstmädchens zu verzichten, bis Sie im Stande sind, diesem auch in den Augenblicken und Stunden der Erregung die taktvolle und ruhige Herrin zu sein. Das Alleinsein würde für Sie noch nach einer andern Seite günstig sein. Das selbstgelegene Besorgen des Haushaltes nimmt Ihre Zeit und Gedanken so in Anspruch, daß das heiße Blut sich dabei kühlen kann und die Thränen versiegen, noch ehe ein unberufenes Auge dieselben sehen und daraus allerlei Schlüsse und Stoff zu Neugierigkeiten und Klatsch ziehen konnte. . . . Zur Entmutigung ist durchaus kein Grund, sondern freuen Sie sich vielmehr, daß Ihr junges Eheglück auch den Meißel ansetzt zur Veredlung Ihres Wesens.

Schönheit erwirbt sich nicht, aber man muss den Grad von Schönheit, den man besitzt, konservieren. Um dahin zu gelangen, bediene man sich nur wirklich hygienischer Spezialitäten, wie Crème, Puder u. Seife Simon. Man hüte sich vor Fälschungen und fordere den wirklich echten Namen. Ueberall erhältlich. Goldene Medaille Weltausstellung Paris 1900. (H 8927 X) [675]

Allen an Skrofulen und Rhachitis Leidenden können wir vertrauensvoll eine Kur mit Gollitz' Nusschalenextrakt empfehlen, welcher verdorbenes oder unreines Blut in kurzer Zeit wieder herstellt. Er ersetzt vollständig den Leberthran, wird leicht verdaut und von jedermann gerne genommen. In Flaschen à Fr. 3.— und Fr. 5.50, allein echt mit der Marke „2 Palmen“, in den Apotheken. [146] Hauptdepot: Apotheker Gollitz in Murten.

Kräftigungsmittel. Herr Oberarzt a. D. Dr. Fischendorf in Dresden schreibt: „Ich kann Ihnen mitteilen, daß Dr. Hommel's Hämato-gen bei einem 16-jährigen Lehrling, der Blutar-m und im höchsten Grade arros war, dessen Appetit ganz daniederlag, von ausgezeichneter Wirkung gewesen ist, und werde ich nicht ermangeln, dieses treffliche Mittel in allen geeigneten Fällen anzuwenden und zu empfehlen.“ Depots in allen Apotheken. [1085]

Warnung vor Fälschung! Weder in Pillen noch in Pulverform, sondern nur in Flaschen mit eingepprägtem Namen ist Dr. Hommel's Haematogen echt.

Zur gefl. Beachtung. Schriftliche Auskunftsbegehren muss das Porto für Rückantwort beilegt werden. Offerten, die man der Expedition zur Beförderung übermittle, muss eine Frankaturmarke beigelegt werden. Inserate, welche in der laufenden Wochennummer erscheinen sollen, müssen spätestens je Mittwoch vormittag in unserer Hand liegen. Auf Inserate, die mit Chiffre bezeichnet sind, muss schriftliche Offerte eingereicht werden, da die Expedition nicht beauftragt ist, von sich aus die Adressen anzugeben. Wer unser Blatt in den Mappen der Leservereine liest und sich dann nach Adressen von hier inserierten Herrschaften oder Stellenuchenden fragt, hat nur wenig Aussicht auf Erfolg, indem solche Gesuche in der Regel rasch erledigt werden. Es sollen keine Originalzeugnisse eingekandt werden, nur Kopien. Photographien werden am besten in Visitformat beigelegt.

Ein junges Fräulein, Schweizerin, sucht Stelle zur Bedienung einer einzelnen Dame ins Ausland, am liebsten nach Italien. Die Suchende würde auch leichtere Hausgeschäfte besorgen, event. auch reisen. Sie ist der deutschen und französischen Sprache mächtig und versteht auch etwas Englisch. Der Eintritt könnte sofort geschehen. Offerten unter Chiffre M 704 befördert die Exped. [704]

Man sucht eine anständige Lehrtochter zur Erlernung der Maschinenstrickerei. Nach der Lehrzeit wird Arbeit ins Haus geliefert. Nähere Auskunft erteilt Frä. Müller, Strickwarengeschäft in Frauenfeld. [613]

Koch- und Haushaltsschule im Hotel Ochsen G A I S Appenzell 934 m. Luft-, Milch- und Herbstkurs: 6. Oktober bis 23. Dezember. Winterkurs: 2. Januar bis 24. März. Frühlingskurs: 1. April bis 23. Juni. Gelegenheit zur Erlernung der bürgerlichen, sowie der feinen Küche. Praktische Anleitung zur Führung des ganzen Hauswesens. Gemütliches Familienleben. — Prospekte gratis. — Telefon. — Referenzen. 588] Die Kursleiterin: Frau B. Gally-Hörler.

Thee Riguet seit 1745 eingeführt in Originalpaketen à Fr. —.75, 1.—, 1.25, 1.50, 1.75, 2.25 per 1/5 Kilo, in allen besseren Geschäften der Branche zu haben. (K 1286 Z) [636] Importeure: Riguet & Co., Leipzig-Gautsch.

Dr. Theinhardt's Kindermahrung erzielt bei regelmäßiger Verwendung u. richt. Zubereitung vorzügliche Ernährungsergebnisse. Vorrätig in den Apotheken und Droguerien, sonst direkt durch Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wtbg). Preis Fr. 2.70 und 3.50. (Hy 3000) [391]

Echte Briefmarken mit Garantie liefert anerkannt reell und am billigsten A. Schneebeli, Zürich, Bahnhofstr. 52. — Preislisten sende gratis

Offene Stelle für eine Haushälterin. Auf 1. Januar nächsthin wird eine ältere, friedliche Person gesucht zur Führung resp. Beaufsichtigung des Hauswesens eines landwirtschaftlichen Geschäftes im Kanton Bern. Dieselbe muss namentlich im Kochen gut bewandert sein. Freundliches, familiäres Leben nebst schönem Honorar wird zugesichert. Diese Stelle wird wegen baldiger Aufgabe der Landwirtschaft eine leichte und ist eine bleibende Vertrauensstelle. Offerten unter Chiffre 715 befördert die Expedition dieses Blattes. [715]

Offene Stelle. In eine gute (protestant.) Familie in Luzern findet eine Tochter aus recht-schaffenem Hause Stelle als Zimmermädchen auf Anfang Dezember. Dieselbe muss im Nähen gut bewandert sein. Schriftliche Offerten unter Chiffre K 2084 L an die Annoncen-Expedition H. Keller, Pilatusstrasse, Luzern. [717]

**Töchter-Pensionat**  
 von Frä. Bosson  
 Pampigny bei Morges (Waadt)  
 670 Meter über Meer.  
 Sehr gesunde Lage, herrliche Aus-  
 sicht in walreicher Gegend, christl.  
 Familienleben, französischer Unterricht,  
 Klavier, Handarbeiten. Referenzen und  
 Prospektus zur Einsicht. [691]

**Nagel-Arbeit**  
 (Hübsche Weihnachts-Arbeit für Knaben)  
 empfiehlt bestens  
**H. Linden**, Neugasse 18  
 719 St. Gallen.  
 Kataloge mit Anleitung zu Diensten.



**72 lustige Damen-Deklamationen**  
 Preis Fr. 1. 50  
 z. B.: Der gute Hannes. — Wie d'Käthi  
 d'Buebe fürcht. — Der grässle Schatz.  
 Wie 's Vreneli um de Sepp cho ist. —  
 Das gestörte Kaffeekränzchen. — Gross-  
 mama u. Enkelin. — Das Ladenmädchen.  
 — Die Zimmerjungfer. — Die Gänse-  
 hüterin. — Die Begegnung im Enggäss-  
 chen. — D'Burenmagd. — Die traurige  
 Köchin. — Die Haushälterin im Fleisch-  
 laden etc. (H 3523 G) [720]

**250 lustige Herren-Deklamationen**  
 Preis 4 Fr.  
 z. B.: Ich bin ein lustiger Hagel. — Das  
 Abenteuer auf d. Bodensee. — Der Speck-  
 michel u. der Nachtwächter. — Ja, so ein  
 Hut ist ganz famos. — Adam der Zweite.  
 — Pfarrer u. Bauer. — Frau Schräder  
 und Herr Mäder. — Der Gerichtsherr u.  
 der schlaue Bauer. — Michel u. Sepp.  
 — Bauer und Kondukteur. — Arthur u.  
 Gretchen. — Kaminfegers Kätherli.  
 — Bauer Köbis Nachruf. — Bahnhofhumor.  
 — Der Prinz und der Esel. — Meister  
 Knoll u. der Gastwirt. — Der Hansjörg  
 u. das Faktum. — Der Dackdecker als  
 Prinzessin. — Welterschaffungshumor. —  
 Lust. Katzensgeschichte. — Das Barmittel.  
 Adresse: Tit. Postfach 2888 St. Gallen.

**Bienenhonig**  
 feinsten schweizerischen Blüthenhonig,  
 verkauft mit Garantie für **Echtheit**  
 in Büchsen à 1, 2 u. 4½ Kilo à Fr. 2.40  
 per Kilo [499]  
**Max Sulzberger, Horn a. B.**

**GALACTINA**  
 Kindermehl.  
 Bester Ersatz der Muttermilch.  
 1881.  
 Geogründet  
 Schweizer Kindermehlfabrik  
 Lüthi, Zingg & Co  
 BERN.  
 5 Ehren-Diplome · 12 Grands Prix.  
 21 Goldene Medaillen.  
 Erhältlich in Apotheken, Droguerien etc. [493]

„Praktikus“ - Pellerinenmantel . . .	Fr. 18. —	<b>Keine</b>
„Famos“ - Pellerinenmantel . . .	„ 25. —	<b>Reisenden</b>
„Export“ - Herrenanzug . . .	„ 35. —	<b>Keine</b>
„Bavaria“ - Herrenanzug . . .	„ 40. —	<b>Agenten</b>
„Adler“ - Herrenanzug . . .	„ 46. —	<b>Keine</b>
„Wotan“ - Herrenanzug . . .	„ 56. —	<b>Ablagen</b>
nach Mass franco ins Haus.		<b>Nur</b>
Massanleitung, Stoffmuster und illustrierter Preis-Courant franco.		<b>direkt</b>
<b>Hermann Scherrer, St. Gallen</b>		<b>an</b>
449] <b>Specialhaus für Herrenbekleidung.</b>		<b>Private</b>

**Suppen-Würze** ermöglichen jedermann zu  
**Bouillon-Kapseln** jeder Zeit eine gute, spar-  
**Suppen-Rollen** same Küche. Zu haben in  
**Gluten-Kakao** allen Spezerei- und Deli-  
 NB. Originalfläschchen werden mit **Maggi-Würze** billig nachgefüllt. [707]



**Ein Wort an die Mütter!**  
 Wenn Ihr gesunde und kräftige Kinder wollt, ernähret dieselben nur mit  
 dem langjährig, ärztlich erprobten  
**Kaysers Kindermehl**  
 welches in seiner vollkommenen Zusammensetzung der Muttermilch gleichkommt.  
 Besitzt höchste Nährkraft und Leichtverdaulichkeit, verhütet und beseitigt Er-  
 brechen und Diarrhoe. Ueber 100 Dankschreiben von Hebammen. Die grosse  
 Billigkeit ermöglicht den Gebrauch jedermann. ¼ Kilo-Paket 50 Cts. [437]  
 Zu haben in den meisten Apotheken und bessern Kolonialwarenhandlungen  
 oder direkt bei **Fr. Kayser, Nahrungsmittelfabrik**  
 St. Margrethen (Kt. St. Gallen).

**Weiss und crème**  
**Vorhangstoffe Etamine**  
 eigenes und engl. Fabrikat, in grosser Auswahl  
 liefert billigst das  
**Rideaux-Versand-Geschäft**  
**J. B. NEF, z. Merkur, HERISAU.**  
 Muster franko; etwelche Angaben  
 der Breiten erwünscht.

**Ceylon-Tea**  
**Ceylon-Thee**, sehr fein  
 schmeckend  
 kräftig, ergiebig und haltbar.  
 Originalpackung per engl. Pfd. per ½ kg  
 Orange Pekoe Fr. 5.— Fr. 5.50  
 Broken Pekoe „ 4.10 „ 4.50  
 Pekoe „ 3.65 „ 4.—  
 Pekoe Souchong „ — „ 3.75

**China-Thee**, beste  
 Qualität  
 Souchong Fr. 4.—, Kongou Fr. 4.— per ½ kg  
 Tabak an Wiederverkäufer und grössere Ab-  
 nehmer. Muster kostenfrei. [718]  
**Carl Osswald, Winterthur.**  
 Niederlage bei **Joh. Stadelmann**,  
 Marmorhaus, Multergasse 31, St. Gallen.

**Kein Husten mehr**  
 für solche, welche die stärkende  
**PATE PECTORALE**  
 von J. KLAUS in Locle  
 anwenden. Zahlreiche Medaillen.  
 40jähriger Erfolg. Mehr als 100  
 Zeugnisse v. Ärzten u. Apothekern.  
 100.000 Schachteln werden per Winter in  
 der Schweiz verbraucht.  
 Preis d. ganz. Schachtel Fr. 1, d. halben 50 Ct.  
 Verkauf in allen Apotheken. [716]

Versende gegen Nachnahme: [606]  
 1. Alpenbienenhonig von La Rôsa oder  
 Oberengadin à Fr. 3. 30 per Ko.  
 2. Poschiavohonig à Fr. 2. 50 per Ko.  
 3. Buchweizenhonig à Fr. 2. — per Ko.  
**Johs. Michael**, Pfarrer in **Brunio**  
 bei Poschiavo (Graub). (OF 4654)

**Ihre Freunde**  
 verschaffte sich Rumpfs  
**BOR MILK**  
**SEIFE**  
 nur durch die prompte  
 Wirkung auf alle Haut-  
 unreinigkeiten, ihre  
 durch eine wissenschaftl.  
 Herstellungsmethode ga-  
 rantierte Milde und ihren  
 erfrischenden Wohlge-  
 geruch. Per Stück à 70  
 Cts. in allen Apotheken, Droguerien und  
 Coiffeurgeschäften erhältlich. [700]

**Reese's**  
**Backpulver**  
 1 Kuchen, Gugelhupf, Backwerk, etc.  
 anerkannt vorzuegl. Ersatz für Hefe.  
 in Drogen-, Delikatess- u. Spezereihandlungen.  
 Fabrikniederlage bei Carl F. Schmidt, Zürich. [679]

Der aus den besten Bitterkräutern  
 der Alpen und einem leichtverdaulichen  
 Eisenpräparat bereitete Eisenbitter von  
**Joh. P. Mosimann**, Apoth., in  
 Langnau i. E., ist eines der wertvollsten  
 Kräftigungsmittel. Gegen Appetit-  
 losigkeit, Bleichsucht, Blutarmut, Ner-  
 venschwäche unübertroffen an Güte.  
 — Feinste Blutreinigung. [669]  
 Fördert **Gesundheit** und  
 guten Appetit **Wohlbefinden**.  
 Die Flasche à Fr. 2½ mit Gebrauchs-  
 anweisung zu haben in allen Apotheken  
 und Droguerien. (H 4500 Y)

Hervorragendes Kräftigungsmittel  
**Eisen-Somatose**  
 (FERRO-SOMATOSE)  
 20 bis 25mal ergiebiger  
 als Eisenpulver  
**KRÄFTIGUNGSMITTEL**  
 in Pulverform  
 Eisen-Somatose (Somatose mit 2%  
 Eisen in organ. Bindung) ärztlich em-  
 pfohlen bei Bleichsucht. Erhältlich in  
 Apotheken und Droguerien.  
 Nur echt wenn in Originalpackung. [689]

# Sanatogen ::::

**Kräftigungs- und Auffrischungsmittel namentlich für die Nerven**

Als diätetisches Nährpräparat bei **Lungenkrankheiten, Nervosität und Nervenschwäche**, bei **Frauenleiden, Bleichsucht und Blutarmut**, bei **Magen- und Darmleiden**, bei **Ernährungsstörungen der Kinder** (Erbrechen, Durchfall), in der **Rekonvaleszenz** nach erschöpfenden Krankheiten, als **Kraftnahrung stillender Mütter**, ärztlicherseits wärmstens **glänzend begutachtet** durch eingehende Empfehlungen und wissenschaftliche Untersuchungen in der **III. medicinisch n. Klinik, der Kinderklinik** des Professor Frühwald, in der **n.-ö. Landes-Irrenanstalt, Wien**, in den Kliniken der Geheimräte **Eulenburg, Tobold, Berlin u. s. w.** [713]

Hergestellt von **Bauer & Cie., Berlin SO. 16.**

Erhältlich in Apotheken und Droguerien.

Generalvertretung für die Schweiz: **E. Naldolny, Basel.**

Ausführliche Mitteilungen gratis und franko.

Telephon Nr. 140  
**Carl Specker**  
vorm. Gonzenbach & Specker  
Schmiedg. 19, Bankplatz

**Special-Geschäft**  
für (Za 6/1200)  
**Unterkleider**  
und [685]  
**Strumpfwaren**

Grosses Lager in  
**Gilets de chasse**  
(Lismer)  
in jeder Grösse  
in allen Preislagen  
in braun, schwarz, grün, grau

**Romanshorner Milch, Romanshorner Milch**  
Bestes Kinder- und Kranken-Nährmittel  
In allen Apotheken 50 Cts. per Büchse.

571]

(H 2753 G)

## Bettnässen.

Endlich kann ich Ihnen mitteilen, dass Ihre briefl. Behandlung bei meinem Knaben von Erfolg gewesen ist. Er ist von seinem Uebel, dem **Bettnässen**, befreit, und danke ich Ihnen aufs beste. Hätte Ihnen schon längst Bericht gegeben; musste jedoch abwarten, bis ich die Nachricht von ihm hatte. Ich bedaure nur, Ihr Heilverfahren nicht schon früher probiert zu haben. Ich möchte jedem Bettnässer anraten, sich sofort an Sie zu wenden, und werde Sie empfehlen, wo ich nur kann. Bätterkinder b. Bern, 12./III. 1900. Wwe. E. Reinhard. Die Unterschr. der Wwe. E. Reinhard ist echt. Bätterkinder. 12./III. 1900. Gemeindegesch. Bätterkinder. J. Käsermann. Adr.: Privatpoliklinik Glarus, Kirchstr. 405, Glarus. [627]

**Das Beste, was es gibt**

ist eine Tasse

# REINER HAFER-CACAO

Marke weisses Pferd

Jedermann gleich zuträglich und wohlbekömmlich. Tausendfach bewährtes und ärztlich empfohlenes Nahrungsmittel für Kinder, Blutarmer und Magenkranker. Ein herrliches Cacao-frühstück. [129]

Nur echt: In roten Cartons (27 Würfel = 54 Tassen) à Fr. 1.30  
oder in roten Paqueten Pulverform do. à Fr. 1.20

Von keiner Nachahmung erreicht!

Erste schweizer. Hafercacao-Fabrik **Müller & Bernhard, Chur.**



# Berner Leinen

Nur garantiert reellstes, dauerhaftestes eigenes Fabrikat.  
Jede Meterzahl. Spec. Brautaussternung. Monogr.-Stickerel. Billige Preise.  
Muster franco. **F. Emil Müller & Co., Langenthal (Bern)**  
Leinwanderei mit elektrischem Betrieb und Handweberei  
Lieferanten der Eidgenossenschaft und vieler gr. Hotels und Anstalten. [425]

Ein gewaltiger Fortschritt auf dem Gebiete der  
**Mund- und Zahnpflege.**



Neu!  
**TRYBOL**  
DAS ALLER- **TRYBOL** BESTE  
**KRÄUTER-, MUND- & ZAHNWASSER.**  
SCHWEIZER-FABRIKAT.

Es desinfiziert und desodoriert ausgezeichnet und konserviert die Zähne. Stark erfrischender, lang anhaltender Wohlgeschmack. Zahlreiche Atteste erster ärztlicher Autoritäten. **Flacon Fr. 1.50**, lange Zeit ausreichend, ist in Apotheken, Droguerien und besseren Parfümerien erhältlich. (Zag 8 300) [668]

Verlangen Sie überall:

**Herz's Nervin**, natürliches Fleischextrakt-Präparat, bester Zusatz zu Suppen-Saucen u. s. w.

**Herz's Suppen-Rollen**, natürliche, kräftige Suppen.

**Herz's Kinderhafermehl**, Suppen-einlagen u. s. w.

Unübertroffen an Wohlgeschmack, Ausgiebigkeit und Billigkeit.

**Moritz Herz**, Präservenfabrik, **Lachen** a. Zürichsee.  
Bitte Nervin nicht zu verwechseln mit den Suppenwürzen, die keine Fleischextraktpräparate sind. [607]



## Die Schönheitspflege

Ratgeber zur Erlangung eines tadellosen, weissen Teints. Heilung von Hautkrankheiten. Verhütung des Haarausfalles und Schuppenbildung. Zu beziehen à 50 Cts. von [710]

Frau D. Furrer, Herisau.

## Sauters Kola-Coca

ist ein ausgezeichnetes Stärkungsmittel in Pastillenform, alle Chinapräparate weit übertreffend, kann trocken genommen werden oder auch als Thee oder mit Wein angesetzt, und leistet nicht nur schwächlichen Personen und Rekonvaleszenten, sondern auch Touristen vorzügliche Dienste. Preis per Schachtel Fr. 1.50, erhältlich bei [545]

L-Arzt **F. Spengler**  
Bodania. Wolfhalden.

## Frauen- und Geschlechtskrankheiten, Periodenstörung, Gebärmutterleiden

werden schnell und billig (auch brieflich) ohne Berufsstörung unter strengster Diskretion geheilt von

Dr. med. **J. Häfliger**  
Ennenda.

20]

Depot von

## indischem Thee

in Originalpaketen von Fr. 1.50, 2.—, 2.25, 2.75 und 3.25 per 1/2 engl. Pf. empfiehlt [644]

## Steiger-Birenstihl

Nachfolger von

**Anna Birenstihl-Bucher**  
Speisergasse 12, I. Stock  
St. Gallen.



Anerkannt vorzüglich  
**ROOSCHÜZ & Cie.**  
BERN.

## Für 6 Franken

versenden franko gegen Nachnahme

bttto. 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen  
(ca. 60—70 leicht beschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [5]

**Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.**

20% Rabatt 20%

Eingetretener Familienverhältnisse wegen  
**— Total-Ausverkauf —**

meines Tuchversand-Geschäftes.  
Das Warenlager im Werte gegen  
**Fr. 120,000**  
enthält Halbwollstoffe, Bukskins, Cheviottes, Tuche und Kammgarn für Herren- und Knabenkleider; Palotostoffe, Damenkonfektionsstoffe.  
Einkauf lohnend, auch bei momentanem Nichtbedarf! [104]

**Tuchversandhaus Müller-Mossmann, Schaffhausen.**

Rabatt 20%! Muster franko!

**Nidel-Butter**, reine, frische, zum Einsieden, liefert gut und billig  
**Otto Amstad** in Beckenried (Unterwalden).  
(Otto ist für die Adresse notwendig.) [359]

# TORIL

## Fleisch-Extract



hergestellt aus bestem Ochsenfleisch enthält mehr Nährkraft, ist wohlschmeckender und zudem billiger als die Liebig'schen Extrakte und in allen besseren Droggen und Delikatessen-, Kolonialwaren-Handlungen und Apotheken zu haben. [78]

Ausstellung vom „Blauen Kreuz“ Wien, 1899: Ehrendiplom und goldene Medaille. Ausstellung für Krankenpflege, Frankfurt a. M., März 1900: einzige und höchste Auszeichnung für Fleisch-Extract, grosse silberne Medaille des ärztlichen Vereins.

Wir empfehlen unsere prächtig ausgestatteten

## Einbanddecken

als stets willkommenen

### Hübsche passende Geschenke

Schweizer Frauen-Zeitung à Fr. 2.—  
Für die Kleine Welt à „ — 60  
Koch- und Haushaltungsschule à „ — 60

Prompter Versand per Nachnahme.

Verlag und Expedition.

2597]

# Um Helena.

Roman von **Ida Boy-Ed.**

Die „**Gartenlaube**“ eröffnet mit dieser hervorragenden Romanschöpfung der gefeierten Schriftstellerin soeben ein neues Quartal.

**Abonnementspreis vierteljährlich 1 Mark 75 Pf.**

Zu beziehen durch alle Buchhandlungen u Postämter.

Probe-Nummern gratis und franko durch alle Buchhandlungen, sowie direkt von der Verlagshandlung **Ernst Kell's Nachfolger G. m. b. H. in Leipzig.**

Wie eine Familie von zwei Erwachsenen und drei Kindern mit einem jährlichen Einkommen von 1800 Fr. bei guter und genügender Ernährung auszukommen vermag, zeigt **Frl. Ida Niederer**, vormals Forstheerin der thurgauischen Haushaltungsschule, auf Grund jahrelanger gesammelter Angaben und praktisch durchgeführter Haushaltungsbudgets in ihrer bereits in vier Auflagen erschienenen Schrift: **Die Küche des Mittelstandes. Anleitung, billig und gut zu leben.** Mit einem vierwöchentlichen Speisezettel nebst erprobten Rezepten. Das schmuck gebundene Büchlein, dessen Preis nur Fr. 1. 20 beträgt, verdient in allen Familien, speciell aber in solchen mit heranwachsenden Töchtern die weiteste Verbreitung. Es kann und wird viel Gutes stiften. Zu beziehen durch die Expedition der „Schweizer Frauen-Zeitung“ in St. Gallen. [2176]

# Illustrierte Welt

Jährlich erscheinen 28 Hefte.

**Preis pro Heft nur 30 Pfennig.**

Romane — Novellen — Erzählungen — Humoresken — Zahlreiche allgemein verständlich geschriebene Artikel aus allen Wissensgebieten — Farbige illustrierte Aufsätze — Eine Fülle ein- und zweifeltiger Illustrationen — Farbige Kunstbeilagen.

= Eine echt deutsche =  
= Familien-Zeitschrift. =

Das erste Heft ist durch jede Buchhandlung zur Ansicht zu erhalten.

= Abonnements =  
in allen Sortiments- und Kolportage-Buchhandlungen, sowie bei allen Postanstalten.

Überbetroffen ist bis jetzt Prof. Dr. Liebers echtes **Nervenkräft-Elixir.**

Vollständige, radikale und sichere Heilung von allen, selbst den hartnäckigsten Nervenleiden, sichere Heilung der Schwäche-Zustände, Magen-, Kopf-, Rückenschmerzen, Herzklopfen, Migräne, schlechte Verdauung, Unvermögen, Impotenz, Pollutionen etc. Ausführlich im Buche Ratgeber, gratis in jeder Apotheke. Zu haben in Flaschen zu 4 Fr., Fr. 6. 25, Fr. 11. 25. Haupt-Depot Apoth. P. Hartmann, Steckborn. Depots: Hechtapothek, Jenny, Dr. Vogt, St. Gallen, und in allen anderen Apotheken. [132]

Bezug! Ich bezuge hiermit, daß ich durch die Heilmethode des Herrn J. J. Popp in Heide, Gotteln, von meinem Magenleiden vollständig geheilt worden bin. Magenkrankte wollen nur Vertrauen fassen und sich schriftlich an Herrn Popp wenden; befehle ich gerne bereit, jedem auch dem Unberufenen, zu helfen. Anfragen werde ich gerne beantwortet. [2780]

Kaplar Suter, Fabrikarbeiter, Bettingen St. St. Margau.

634] Sämtliche Artikel zur **Damen-Schneiderei und komplettes Werkzeug** bezieht man am billigsten bei **A. Minder, Lederhandlung, Huttwyl, Bern.**  
Auf Verlangen Specialpreisliste gratis und franko. (H 4233 Y)

**C. Fr. Hausmanns**  
**Hecht-Apotheke**

St. Gallen.

Zum Erfrischen und Desodorisiren der Zimmerluft in Wohn- und Krankenzimmern:

**Ozogen**  
**Räucher-Essenz**  
**Desinfizierender Waldduft**  
**Zimmerparfüm**  
**Zerstäuber**  
**Blumenspritzen**  
**Platin-Glühlampen**  
**Formalin-Desinfektions-Lampen**  
**Karboformal-Glühlöcke**  
**-Glühbonbons**

Schweiz. Sanitäts- u. Medizinal- u. Geschäft A. G.

721]

**Herzkirchenthee**

vorzügliche Qualitäten echt chinesischen Schwarzthees in verschiedenen Mischungen und Preislagen.

Verkaufsstellen an Plakaten ersichtlich.

En gros bei Carl F. Schmidt, Zürich.

## Papeterien

a 2 Fr.

enthaltend 100 Bogen feines **Briefpapier**, 100 **Couvert**s, 1 **Bleistift**, 1 **Federhalter**, 1 **Stange Siegelack**, 12 **Stahlfedern**, 1 **Radiergummi**, 1 **Flacon Tinte** und **Löschpapier**. Hiezu gratis nützliche Ratschläge, wie man Geld verdient. — Zusammen in einer Schachtel nur **2 Fr.** franko bei Einsendung, sonst Nachnahme.

**A. Niederhäuser** [278]  
Papierwarenfabrik, **Grenchen.**

# Liebig Company's

## Fleisch-Extract.

**Nur echt**, wenn jeder Kopf den Namenszug **Jo. Liebig** in blauer Farbe trägt.