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

**Band:** 23 (1901)

**Heft:** 14

**Heft**

**Nutzungsbedingungen**

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

**Conditions d'utilisation**

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

**Terms of use**

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

**Download PDF:** 11.08.2025

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

Nr. 14. 1901.

# Schweizer Frauen-Zeitung.

23. 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:**
„Koch- u. Haushaltungsschule"
(erscheint am 1. Sonntag jeden Monats).
„Für die kleine Welt"
(erscheint am 3. Sonntag jeden Monats).

**Redaktion und Verlag:**
Frau Elise Honegger,
Wienerbergstraße Nr. 7.
Telephon 376.

**Insertionspreis.**
Per einfache Petitzeile:
Für die Schweiz: 25 Cts.
„ das Ausland: 25 Pfg.
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, 7. April.

**Inhalt:** Gedicht: Es reut mich nicht. — Zur Frauenfrage (Forts.). — Momentaufnahmen in der Kinderstube. — Gedicht: Ein großer Toter. — Ueber die Wahrscheinlichkeit der Lebensdauer. — Sprechsaal. — Das große Los. — Feuilleton: Unser Schneeglöckchen.
Erste Beilage: Abgerissene Gedanken. — Briefkasten. — Reklamen und Inserate.
Zweite Beilage: Büchermarkt. — Briefkasten. — Reklamen und Inserate.

## Es reut mich nicht.

Viel reut mich einst an meines Grabes Pforte,
Im Blick auf meinen irren Pilgerlauf,
In Scharen stehn Gedanken, Werke, Worte
Als Kläger wider meine Seele auf.
Mein Flehn, wenn mich des Richters Blick durchflammet,
Ist: Herr, geh' mit dem Knecht nicht ins Gericht!
Doch manches, Freunde, was ihr streng verdammet,
— Es reut mich nicht.

Mich reut kein Spruch, den schonend ich gesprochen,
Wo man den Bruder auf der Wage wog;
Wenn ich gehofft, wo ihr den Stab gebrochen,
Und Honig fand, wo Gift ein andrer sog;
Und war zu mild mein Spruch, zu kühn mein Hoffen,
Im Himmel sitzt Er, der das Urteil spricht;
Auch mir bleibt nur ein Gnadenpförtlein offen:
— Es reut mich nicht.

Mich reut kein Weg, drein sich mein Geist vertiefte
Im ernsten Dienst gestrenger Wissenschaft,
Wenn ich, dieweil ihr schliefst, die Flügel prüfte
Der angebornen, gottgeschenkten Kraft;
Und war's ein Umweg, der nach heißen Stunden
Zurück erst führte zu dem ew'gen Licht:
Wer recht gesucht, nur der hat recht gefunden;
— Es reut mich nicht.

Mich reut kein Lied, im Freundeskreis gesungen,
Wie still genossen unter Busch und Baum,
Wenn, von der Dichtung Zauberband umschlungen,
Mein Haupt umfloß ein kurzer goldner Traum;
Und war's nicht immer eine Kirchenweise,
Und war's Homers Gesang, Shakespeares Gedicht:
Im Waldesdom rauscht's auch zu Gottes Preise;
— Es reut mich nicht.

Mich reut kein Tag, den ich in Thal und Hügeln
Durch meines Gottes schöne Welt geschwärmt,
Umsaust im Sturm, von seiner Allmacht Flügeln;
In Sonnenschein von seiner Huld gewärmt
Und war's kein Gottesdienst im Kirchenstuhle
Und war's kein Tagewerk im Joch der Pflicht:
Auch auf den Bergen hält mein Heiland Schule;
— Es reut mich nicht

Mich reut kein Scherflein, das am Weg der Arme,
Im Bett ein Kranker — ungeprüft — empfing,
Daß durch ein Antlitz, trüb und bleich von Harme,
Wie Sonnenblick ein flüchtig Lächeln ging,
Und warf ich manchmal auch mein Brot ins Wasser,
Gott selbst im Himmel füttert manchen Wicht;
Mich macht ein Schelm noch nicht zum Menschenhasser;
— Es reut mich nicht.

Mich reut die Thräne nicht, die mir entflossen
Bei fremdem Schmerze wie bei eignem Weh,
Wo andre männlicher ihr Herz verschlossen
Und kühler standen auf des Glaubens Höh';
Und ist's noch menschlich, daß der Menschheit Jammer
Mein Aug' mir feuchtet und mein Herze bricht:
Auch Jesus weint' an einer Grabeskammer;
— Es reut mich nicht.

Daß ich den Herrn verkannt auf tausend Pfaden,
Wo liebend mir sein Geist entgegenkam,
Daß ich vergrub so manches Pfund der Gnaden,
Das, Freunde, reuet mich und ist mein Gram;
Doch, daß ich auch als Christ ein Mensch geblieben,
Und keck, was menschlich, faßte ins Gesicht,
Ein Mensch im Dulden, Glauben, Hoffen, Lieben,
— Es reut mich nicht.

Karl Gerock.

## Zur Frauenfrage.

(Fortsetzung.)

Wohl sind wir deshalb keineswegs bildungsfeindlich; es soll im Gegenteil das Weib mit allem bekannt gemacht werden, mit dem sich der menschliche Geist beschäftigt hat; denn darauf hat das Weib ein Recht! Es könnte im andern Fall weder dem Gatten eine verständige Gehülfin, noch den heranwachsenden Kindern eine Beraterin, eine Autorität sein. Und je länger man die Frau von dem frischen Luftzug der Geistesbildung abschließen würde, um so mehr würde das ganze Volk darunter leiden; es würden dann Zustände entstehen, wie bei den alten Griechen, bei denen höchstens die Hetären einige Bildung besaßen, oder bei den Hindus, wo die Frauenhäuser wahre Höhlen von Unwissenheit und Aberglauben sind. Und wohin würde es mit dem Volke gehen, wenn solche Zustände daselbst einreißen würden! Das Weib soll also um seiner selbst, um des ganzen Volkes willen seinen vollen Anteil an jeglicher Bildung besitzen, soll seinen Einfluß auf das geistige Leben, das in einem Volke pulsiert, auf den es dasselbe Recht hat, wie der Mann, voll und ganz behalten, ja erst recht erhalten. Aber einerseits halten wir die Mitteilung einer möglichst großen Summe von Einzelkenntnissen nicht für ein Ideal, andererseits wollen wir die Individualität des Weibes mehr berücksichtigt wissen — sowohl was seine Gaben anbelangt, seine ganze, eigenartige Weise, die Dinge anzusehen, zu erfassen, zu beurteilen, als auch seine Bestimmung, was das Feld der Thätigkeit anbelangt, das ihm von Natur zukommt. Nein! Auch bei dieser Frage kann die Aufgabe der Frau nicht darin bestehen, selber zu produzieren, die Welt mit schöpferischen Gedanken zu befruchten, sondern darin: das in der Welt vorhandene, zum überwiegenden Teil von Männern zusammengetragene, geistige Material sich anzueignen — und zwar nach Maßgabe der Verhältnisse, je einen besonderen Anteil — dasselbe in sich zu verarbeiten, zu ihrem individuellen, seelischen Eigentum zu machen, Urteile darüber zu fällen und es so auf die nachfolgende Generation zu übertragen; das alles aber viel mehr in intuitiver, anschaulicher Form, als in streng systematischem Lehrplan.

Das vollzieht sich aber ganz genau in derselben Weise, wie wir es jetzt schon verschiedentlich gesehen haben. Dazu gehört nämlich zuerst vollkommene Ebenbürtigkeit des weiblichen geistigen Lebens mit dem des Mannes. Und thatsächlich sehen wir, wie leicht sich ein normal beanlagtes Weib die von dem Manne geschaffenen Kenntnisse aneignet, oft viel schneller als ein Mann; wir sehen, wie es dieselben mehr von innen her zu erfassen sucht, auch aus Brocken, die ihm zugefallen sind, fertige, oft überraschend treffende Urteile über das Ganze fällt, dessen Teile sie sind. Wir sehen aber auch (— und damit setzt bereits leise die Selbstthätigkeit, die innere Umwandlung des vorhandenen Rohmaterials ein! —), wie oft das Weib darüber lächelt, namentlich wenn es Spitzfindigkeiten sind, an denen ein rechter Gelehrter seine helle Freude hat, ebenso auch, wenn es formal richtige Theorien sind, allgemein zustehende Grundsätze, deren praktische Abzweckung jedoch nicht ersichtlich ist. Es offenbart sich das oft in einer reizvollen Schalkhaftigkeit, die aber zum Wohl der Herren Gelehrten meist eine sehr notwendige Kritik ihrer Aufstellungen enthält. So erhält dasjenige, was einem Weibe an Wissenskenntnissen mitgeteilt wird, meist in kurzer Zeit ein ganz anderes, durchaus individuell gearbeitetes Gesicht; es denkt sich überall seinen Teil, hält mit Lob und Tadel nicht zurück, will überall Realität, Abzweckung auf das praktische Leben. So hört das Weib sehr schnell auf, nur passiv aufnehmend zu sein; so wird es selbstthätig, mitarbeitend, umbildend, ja neuschöpferisch. Denn es dauert nicht lange, dann treten all diese Ideen und Anschauungen wieder aus ihm heraus, wirken auf den Mann zurück, von dem es dieselben ursprünglich erhalten hat, gehen auf die nachfolgende Generation über, durchdringen je länger, desto mehr das ganze Geschlecht, rüsten es mit dem — sich also aus der Thätigkeit des Mannes und des Weibes harmonisch zusammensetzenden Erbe der Vergangenheit aus, wodurch ebenso sehr die bisherige Entwicklung abgeschlossen, als auch der Grund zu einer neuen gelegt wird.

So wird das Weib auch auf diesem Gebiet — trotz der ihm zuerst zugeschriebenen scheinbar minderwertigen Rolle — zu einer vollkommen ebenbürtigen Gehülfin des Mannes, zu einer durchaus vollwertigen Mitarbeiterin an dem Fortschritt des ganzen Geschlechtes. Das männliche Denken ist freilich produktiver, schöpferischer als das weibliche, und das ist seine Stärke; aber es läuft auch hier auf starre Formen hinaus, und entbehrt daher — unkorrigiert — des belebenden Einflusses auf die Welt der Thatsachen; das ist seine Schwäche. Wir dürfen fragen, wohin wohl die ganze Wissenschaft gekommen wäre, wenn sie nicht durch die bewußte und unbewußte Kritik, durch die stille und geräuschlose Reaktion des Weibes vor Einseitigkeit, Erstarrung und Mechanisierung bewahrt worden wäre. Ja, es ist anzunehmen, daß ein gut Teil der Einseitigkeiten und Uebertreibungen, der unsere Wissenschaft trotzdem verfallen ist, mit auf Rechnung davon zu setzen ist, daß man das Weib von der Mitthätigkeit an derselben ausgeschlossen hat, daß diese überall sich breit machende Neigung, zu schablonisieren, zu verallgemeinern, diese Prinzipienreiterei und Konsequenzmacherei, die den Thatsachen oft geradezu ins Gesicht schlägt, bis zur Bazillenfurcht und Abhärtungssucht darauf zurückzuführen ist, daß man dem Weibe den ihm gebührenden Einfluß darauf versagt hat. Die Philosophie, einst die Königin der Wissenschaften, verdankt sicher ihre geistlose Wortklauberei, ihren öden Schematismus, dem sie mit wenig rühmlichen Ausnahmen verfallen ist, nicht zum wenigsten dem Umstande, daß sie eine speziell männliche Wissenschaft geworden ist, daß sie des Korrektivs glaubte entbehren zu können, das in dem weiblichen Denken liegt. Eine Wissenschaft, die darauf jedoch verzichtet, ist von vornherein zum Marasmus verurteilt. — — —

Das führt uns endlich auf den größten Gesichtspunkt, unter dem das Verhältnis von Mann und Weib betrachtet werden will. Der Mann bedarf auf allen Gebieten der Ergänzung. In ihm ruhen Triebe und Leidenschaften, die ihn, je mehr er sich selber überlassen bliebe, immer selbstsüchtiger, hart, starr, ja roh und brutal machen würden; in ihm ruhen namentlich Instinkte geschlechtlicher Art, die ihn — falls ihnen kein Gegengewicht gegeben würde — der Stufe des Tieres immer näher bringen würden. Und das Verhängnisvolle dabei ist, daß er das vermöge seiner rein formalen, des sittlichen Inhalts entleerten, höheren intellektuellen Beanlagung als etwas ganz Naturgemäßes, als sein selbstverständliches Herrenrecht darzustellen weiß, daß er auch das Weib mit sich zu ziehen, auch dessen sittliche Begriffe zu verwirren vermag, so daß es sich in der ihm vom Manne aufgedrängten Entwürdigung wohl fühlt! So steigert eines das andere, so sehen wir oft in der Praxis und in der Litteratur mit Schaudern eine sittliche Verwilderung, wie sie nicht mehr überboten werden kann. Auch hier dürfen wir die Frage aufwerfen: Wie würde das wohl enden, wenn sich der Mann ganz ausleben, wenn er — ohne daß ihm irgend einen Halt geboten würde — die in ihm schlummernden Kräfte selbstischen Wollens und wilden Begehrens bis zu Ende und ohne Rest verwirklichen könnte! Wir dürfen weiter fragen: Wenn eine einzige Generation zu Zeiten schon so völlig entarten kann, wie wir es oft sehen, was würde wohl aus der gesamten Menschheit werden, wenn sie sich auf diesem rasenden Abstieg überlassen bliebe und sich unbehindert nach den in ihr schlummernden Potenzen entwickeln könnte. (Forts. folgt.)

## Momentaufnahmen in der Kinderstube.

In der Stube ist es still für den Augenblick. Das ist freilich eine Ausnahme, und sie kommt daher, daß das große Schwesterchen seine Strickaufgabe fertig stricken muß. Sonst säße es nicht so ruhig da und so stumm. Für gewöhnlich geht das Zünglein den ganzen Tag um wie ein Mühlrädchen, ohne je still zu stehen. Jetzt ist dieses Zünglein aber eingeklemmt zwischen die Mundwinkel, und guckt nur hervor wie ein rotes Knöspchen aus den Kelchblättchen. Das ist beim Mariechen das Zeichen, daß es ernst gilt und die unternommene Arbeit eine schwierige ist. Eine glatte Nadel, eine krause Nadel, und dies zweimal wiederholen, so lautet die Aufgabe.

Nun zieht sich noch die Stirne in Falten, und das Zungenspitzchen wird eine Zeit lang fester eingeklemmt. „Mama!" ruft das Mariechen, „jetzt habe ich wieder Rosenkohl."

„Was hast Du?" fragt die Mutter erstaunt. Sie versteht nicht.

„Weißt Mama, der Rosenkohl ist die krause Nadel, das ist das schlechte Essen. Und die glatte Nadel ist der Blumenkohl, das ist mein gutes Essen."

Die Mutter lacht. Im stillen aber denkt sie: Ja, mein liebes Mariechen, wenn nur das Leben dir nicht noch viel krauseren Kohl auftischt als nur die krause Nadel an deinem Strickzeug. Sie streicht der Kleinen über das im Eifer der Arbeit erglühte Gesichtchen. „So ungern hast Du den Rosenkohl wie Deine krause Nadel? Aber gelt, so viel Du auf den Teller bekommst, so viel mußt Du auch aufessen. Du mußt allezeit ein tapferes Mariechen sein."

Wieder ist es stille in der Stube. An seinem Tischchen sitzt wohl der kleine Märli; aber der macht für sich wenig Lärm. Geduldig stellt er seine Bausteine aufeinander, um sie nachher einen um den andern ebenso geduldig wieder abzuheben. Der Kleine ist ein von Krankheit Auferstandener, und muß erst wieder lernen, zu spielen, sich des Tages und der Sonne zu freuen. Das Leben mit seinem vielgestaltigen Getriebe ist seinem schwachen Geistchen auch noch ein krauser Rosenkohl. Lange hat er drinnen im Dunkeln gelegen, still, fast unbeweglich, in Fieberträumen gefangen. Erst seit kurzem sitzt er wieder in der Stube bei den andern. Aber alle Tage kommt es nun doch besser, kommt ihm die Lust wieder zur Bewegung, die Lust zum Sprechen, sich bethätigen.

Die Thüre öffnet sich, und herein tritt die Tante der Kinder, die sich wieder einmal nach Märlis Befinden erkundigen möchte. Freudig überrascht sieht sie den Kleinen an. Das letzte Mal, als sie hier war, hatte er in seinem Bettchen so matt und teilnahmslos gelegen, ohne daß aus den trüben Augen ein Erkennen zu ihr gedrungen wäre. Darum gibt sie unverhohlen ihrer Freude Ausdruck, ihn wieder so weit hergestellt zu sehen. Ja, um dem Kleinen ein besonderes Vergnügen zu bereiten, sagt sie selbst etwas von seinem prächtigen Aussehen, von baldigem Herumspringen und von fast ganz wieder gesund sein.

Das ist aber durchaus nicht, was unser Märli zu hören wünscht. So leichtfertig soll man nicht über das große Ereignis seiner schweren Krankheit hinweggehen. Bedauert will er sein und bemitleidet, wie sich's gehört! Vorwurfsvoll hebt er sein bleiches Gesichtchen zu der Tante auf, und in ernstem Ton sagt er: „I bin aber doch emal g'sterbet si."

„Bist Du das?" meint jetzt die Tante in der That bedauernd. „Ach, Du armer, lieber, kleiner Mann!"

Der Kleine weiß freilich nicht, wie nahe er am wirklichen Sterben vorbeigegangen ist. Ihm scheint sein langes Stillschweigen in der Bettgruft schlimm genug gewesen zu sein.

Abermals wird die Stubenthüre aufgerissen, und herein stürmt der lustige Paul, der Paul mit den roten Backen, den glänzenden Augen und dem runden Kopf voller Locken. Die Mutter hatte ihn weggeschickt, um eine Zeit lang Ruhe für die andern zu haben. Aber der Paul ist eben stets im Handumdrehen wieder da.

„Mama, schau!" ruft er. „Jetzt bin ich der Zauberer. Ich kann aus einem Mantel einen Hut machen. Und jetzt zwei Flügel, daß ich fliegen kann, drum bin ich ein Adler. Und jetzt mach' ich eine Lawine und begrabe den Märli darunter. Und jetzt bin ich der große Bernhardinerhund, der herumschnüffelt und den Schnee wegkratzt — und jetzt kann der Märli wieder aufstehen aus dem Lawinengrab."

Der arme Märli wird etwas rauh unter Pauls Mantel hervorgezogen, bevor die Mutter ihm zu Hülfe eilen kann. Der Kleine ist zu schwach noch, um zu schreien und sich zu wehren; er ist nur ganz bleich und verstört und atmet schwer. Die Spiele und Scherze seines lustigen Bruders scheinen ihm ungeheuerlich und unheilbringend. Er will nicht noch einmal begraben werden, nein, er ist ja schon „emal g'sterbet si". H. B.

## Ein großer Toter.

Sah ich heut' auf meinen Gängen
Einen eignen Leichenzug
Majestätisch, widerstrebend
Durch den Kot der Gasse ziehn.
Platz da! hieß es, auf die Seite,
Denn hier fährt der Tod vorbei.
Seht! vom Tann der Bäume höchster
Schleppen sie zum Schlachten hin.
Ja, da lag er hingestrecket,
Riesengroß und kahl und nackt,
Leichenhaft in seiner Starrheit,
Seines grünen Kleids beraubt.
Totes Holz nur und doch redend,
Redend von der Jahre Flucht,
Einem langen Lebenswerk,
Länger als ein Menschenwerk.
Wohl zweihundert Jahre schafft' er,
Lebt' und trieb er, wuchs er groß,
Unaufhaltsam an der Arbeit
Setzt' er Ring um Ring sich zu.
Rastlos nach der Höhe strebend,
Bracht' er immer neue Triebe,
Jahr um Jahr an seinem Platze
Wie ein Held, umtobt vom Sturm. —
Drum, ihr Menschen, haltet inne!
Laßt, bevor ihr weiter eilt,
Die Jahrhunderte voll Ehrfurcht
Still jetzt hier vorüberziehn. H. B.

## Ueber die Wahrscheinlichkeit der Lebensdauer.

„Du lieber Kuckuck sag' mir doch, wie manches Jährchen leb' ich noch?" So befragten wir einst als Kinder das Schicksal, indem wir im Frühling den Ball in die Höhe warfen und dabei zählten, wie oft wir denselben auffangen könnten, ohne daß er zu Boden fiel: Eins, zwei, drei, vier, fünf, sechs — — — als hinge wirklich unser Leben davon ab, als wäre es wirklich ein unabänderliches Gottesurteil, was wir zu hören bekämen, so sorgfältig und ängstlich berechnet warfen wir den Ball und fingen ihn wieder auf, und wenn wir bis auf fünfzig oder sechzig zählen konnten und das runde Spielzeug erst dann zu Boden fiel, wie befriedigt fühlten wir uns im Hinblick auf die lange Lebensdauer, die das befragte Schicksal uns gönnen wollte. Was damals im kindlichen Spiel der Ball uns künden mußte, das thun jetzt mit ihren Wahrscheinlichkeitsberechnungen die großen Lebensversicherungsanstalten, indem sie seit Anfang unseres Jahrhunderts nach den gemachten zahlreichen Erfahrungen eine Reihe von Tabellen über die wahrscheinliche Lebensdauer haben anfertigen lassen, welche den großen Kindern einen Blick in die Zukunft gestatten und zwar heißt es, daß diese Berechnungen selten fehl gehen. Es wird darin gesagt: „Plötzliche und vorzeitige Todesfälle, sowie ungewöhnlich verlängerte Lebensdauer kommen zuweilen vor, aber im Durchschnitt haben sich diese Tabellen sehr gut bewährt. Die eine derselben gibt folgende Aufstellung: Ein Individuum im Alter von einem Jahre kann noch 39 Jahre, von 10 Jahren noch 51 Jahre, von 20 Jahren noch 41 Jahre, von 30 Jahren noch 34 Jahre, von 40 Jahren noch 28 Jahre, von 50 Jahren noch 21 Jahre, von 60 Jahren noch 14 Jahre, von 70 Jahren noch 9 Jahre, von 80 Jahren noch 4 Jahre am Leben bleiben.

Nach einer andern Aufstellung, die in ihren Resultaten mit der vorstehenden ziemlich übereinstimmt, beträgt die noch zu erwartende Lebensdauer zwei Drittel der Differenz zwischen dem Alter der Person und 80. Einige Beispiele werden dies am besten erläutern. Eine Person ist gegenwärtig 20 Jahre alt. Zwischen 20 und 80 Jahren liegen 60 Jahre. Zwei Drittel von 60 sind 40. Dies ist also die wahrscheinliche Lebensdauer, welche die Person noch zu erwarten hat. Sie würde demnach ihr Alter auf 60 Jahre bringen. Eine Person ist 50 Jahre alt. Zwischen 50 und 80 liegen 30 Jahre. Zwei Drittel davon sind 20. Es hätte demnach diese Person noch 20 Jahre zu leben. Auf eine einfachere Weise läßt sich die Berechnung folgendermaßen stellen: Von der Zahl 80 zieht man das Lebensalter der betreffenden Person und von der verbleibenden Zahl ein weiteres Drittel ab; z. B. es ist jemand 36 Jahre alt; 36 von 80 verbleiben 44, hievon ein Drittel ab, bleiben nicht ganz 30, welches die bei einem Alter von 36 Jahren noch zu erwartende Lebensdauer auf Grund der Wahrscheinlichkeitsrechnung wäre."

## Sprechsaal.

### Fragen.

**Frage 5846:** Kann man es einer Mutter verargen, wenn sie einem zu erwartenden Kinde nicht denselben Namen geben will wie dem ersten, das gestorben ist? Ich bin ja sonst nicht abergläubisch, aber es gibt Empfindungen, die man einem Manne nicht klar machen

kann. Eine Frau wird mich gewiß leicht begreifen. Es liegt ja keine Nötigung für Lebendighaltung dieses Namens vor, und es erscheint mir wie eine cynische Herausforderung an das Schicksal, in dieser Sache den Beweis anzutreten, daß die Furcht, wie sie hier zu Tage trete, auf keine Weise begründet, sondern der reine Aberglaube sei. Dieses frivole Lächerlichmachen meiner unüberwindlichen, tödlichen Angst bringt mich in solche Aufregung, daß ich keine ruhige Stunde mehr habe und kaum mehr etwas anderes denken kann. Ich möchte so gerne hören, wie andere Frauen einen solchen Fall auffassen, ob sie ebenfalls im stande wären zu sagen: Ich will mit meinem Kinde den Beweis leisten, daß diese Furcht keine Berechtigung hat und nur auf Aberglauben beruht. Zum voraus dankt bestens

Eine zu Tode Geängstigte.

**Frage 5847:** In Beziehung auf die Frage 5797 möchte ich gerne erfahren, ob grobe oder feine Kleie zum Reinigen des Haares anzuwenden ist? Muß die Kleie vorher gewaschen und gesiebt werden, um dieselbe recht staubfrei zu bekommen? Für gütige Antwort dankt bestens U. C.

**Frage 5848:** Besondere Verhältnisse hatten mich in die unangenehme Notwendigkeit versetzt, auf brieflichem Wege, ohne vorherige mündliche Verständigung oder Probezeit eine Haushälterin anzustellen, die sich als fähig erklärte, einen Hausstand durchaus selbständig in tadelloser Weise zu versorgen. Es handelte sich bei mir um die Verpflegung eines Hausstandes von sechs, und sehr oft acht erwachsenen Personen. Ich hatte der Aspirantin auf die Stelle genau erklärt, daß sie es verstehen müsse, mit einem regulären Wochengeld von 60 Fr. den Haushalt reichlich und mit gutem Tisch zu versorgen, inbegriffen die Wäsche, das Glätten und das Flicken. Bei unserer Rückkehr von einer längeren Reise zum Zwecke einer besser situierten Existenz, fanden wir das Budget bei weitem überschritten; denn ich hatte nachträglich nicht nur die noch schuldigen Rechnungen für Milch und für die Beleuchtung zu bezahlen, sondern es wurde auch über mangelhafte Beköstigung und Mangel an frischer Wäsche sehr geklagt. Ist die Betreffende nun nicht entschädigungspflichtig? Ich besitze unsere schriftliche Vereinbarung, resp. kann die Korrespondenzen vorlegen. Für gütigen Rat wäre herzlich dankbar und würde gegebenen Falls gerne Gegendienste leisten.

Eifrige Leserin in A.

**Frage 5849:** Ist es gutzuheißen, wenn ein Vater seinen Sohn in einen Beruf hineindrängen will, zu dem er keine Neigung hat und zu dem er auch seiner Eigenart nach nicht paßt, bloß aus ökonomischen Erwägungen? Ist ein Knabe etwa weniger wert, wenn er genügsamen Sinn hat und in einer bescheidenen Lebenslage sein Glück sucht, wenn er nicht den Ehrgeiz hat, reich und vor der Welt angesehen zu sein? Ist eine Mutter kurzsichtig und pflichtvergessen, wenn sie dieses Sohnes Ansicht nicht verurteilen kann, und ist wirklich zu fürchten, daß dieser Sohn, der sich einem einfachen Handwerk zuwenden möchte, später von seinen Geschwistern, die höher hinauf streben, über die Achsel angesehen und gemieden werde? Macht denn eine sogenannte höhere Lebensstellung stets und unter allen Umständen glücklich? Ist nicht vieles davon Schein, der nach außen die Wirklichkeit vortäuschen soll? — Wie lassen sich solche häusliche Differenzen lösen?

Eine gequälte Mutter.

**Auf Frage 5850:** Wann soll ein junges Mädchen, das sich einem wissenschaftlichen Berufe widmen will, die Hauswirtschaft erlernen? Ich bin der Meinung, es sollte am besten jetzt geschehen, im Anschluß an die nun absolvierte Sekundarschule. Der hierüber beratene Lehrer gibt mir zu bedenken, daß dadurch im Schulwissen eine große Lücke entstehe, welche nachher das normale Fortschreiten in der höheren Lehranstalt außerordentlich erschwere. Es werde in einem Jahre Pause unglaublich viel Gelerntes vergessen. Auch sei es ja eine Kleinigkeit für eine intelligente Tochter, sich später in den Ferienwochen die nötigen hauswirtschaftlichen Kenntnisse anzueignen. Dies letztere bezweifle ich aber sehr; denn ich habe Töchter kennen gelernt, die sich die Intelligenz nicht absprechen ließen, die aber in einem dreimonatlichen Kursus sich nicht einmal alle häusliche Hantierung auf die Dauer aneignen konnten, geschweige denn, daß sie zur Selbständigkeit gelangt wären. Meine Tochter ist streng im Wachsen und eine Erholung in körperlicher Arbeit würde ihr sicher auch geistig sehr dienlich sein. Um freundliche Meinungsäußerungen von Erfahrenen bittet sehr

Eine besorgte Mutter in W.

**Frage 5851:** Welches ist die beste Art, wollene Damenkleider zu waschen? Es sind mir zwei kostbare Costumes durch das Waschen mit Ochsengalle, die doch sonst sehr gepriesen wird, arg verdorben worden.

Frau J. G. in M.

**Frage 5852:** Ist eine erfahrene Leserin so freundlich, mir die Zusammensetzung eines Blutreinigungsthees aus Frühlingskräutern zu nennen?

Junge Leserin in A.

**Frage 5853:** Was mag nur die Ursache sein, daß bei mir die Kanarienvögel das Singen aufgeben? Ich habe nun bereits den dritten Vogel gekauft aus ganz vertrauenswürdiger Bezugsquelle, gute Sänger, wie ich mich jeweilen selbst überzeugt habe. Die Vögel sind ganz nach Anweisung des Verkäufers gehalten und gepflegt worden, und um sicher zu gehen, habe ich bei dem Letztgekauften den gleichen Käfig beibehalten, und doch derselbe Mißerfolg. Die Vögel verlieren im Laufe einiger Wochen ihre Munterkeit und hören zu singen auf. Für guten Rat dankt bestens

Eifrige Leserin in L.

**Frage 5854:** In einen teuren Lehnstuhl haben sich Schaben eingenistet. Durch welches Verfahren ist es möglich, die unholden Gäste gründlich zu vernichten? Wie lange dauert es überhaupt, daß die einmal eingedrungenen Schaben an ihrem Zerstörungswerke arbeiten? Um freundliche Belehrung bittet

Junge Hausfrau in J.

**Frage 5855:** Ich habe diesen Winter mehrmals nacheinander eine Geschwulst unter dem linken Ohr gehabt, die nun schließlich nicht mehr ganz zurückgegangen ist. Es ist zwar weder Schmerz noch Rötung vorhanden, aber das einseitige Aussehen ärgert mich. Der Arzt hat mir Jodeinpinselungen verschrieben, aber ich fürchte dieses Medikament, denn meine Schwester ist dadurch einem langen Siechtum verfallen. Gibt es vielleicht unschädliche Hausmittel? Für gütige Mitteilungen dankt bestens

Junge Tochter in R.

**Frage 5856:** In welchem Preisverhältnis stehen die neu in den Handel gekommenen abwaschbaren Tapeten zu einem Oelfarbenanstrich? Unsere Küche und das Badezimmer sollten neu gestrichen werden. Leimfarbe will ich nicht mehr verwenden lassen, weil diese abfärbt und abblättert. Oder gibt es vielleicht eine andere Art von Farbe, die solider ist als Leimfarbe und nicht so teuer ist wie Oelfarbe? Aus Mangel an einem separaten Waschhause müssen wir im Badezimmer waschen, wobei Dampf und Aschenstaub unvermeidlich ist. Ein kräftiges Abwischen oder Abwaschen der Wände sollte deshalb zu ermöglichen sein. Für gütige Belehrung von Erfahrenen sagt besten Dank zum voraus

Junge Hausfrau in O.

**Frage 5857:** Könnte wohl eine von den geehrten Leserinnen Rat erteilen? Wir tauschten letzthin ein älteres Tafelklavier ein, ohne es gesehen zu haben; der Ton ist recht gut, das Holz schön, doch die Tasten fast alle bräunlich gefleckt, welche weiß sein sollten, was mir so widerstrebt darauf zu spielen, daß ich es durchaus nicht benutzen kann. Gibt es wohl ein Mittel, die Tasten zu putzen? Neu einzulegen würde für zwei Dutzend 30 bis 40 Fr. kosten. Für guten Rat dankt zum voraus herzlich

Eine langjährige Abonnentin.

**Frage 5858:** Wo bekomme ich preiswürdig Vorhänge, große, Tüll mit Applikation, in weiß oder rotweiß?

M. B. F.

**Frage 5859:** Jedes Jahr im Frühling springen meine Fingernägel quer über die ganze Breite — schon an der Wurzel des Nagels — und stoßen sich nach und nach ab, was recht unangenehm und häßlich ist. Gibt es ein Mittel dafür?

M. B. F.

**Frage 5860:** Gibt es Hülfe, wenn infolge von Krampfadern die Füße Wunden bekommen und die Leidende doch gezwungen ist, täglich am Herde zu stehen, zu laufen 2c.?

Treue Abonnentin.

### Antworten.

**Auf Frage 5840:** Ein Kapital auf Erbabrechnung zu geben, ist immer verkehrt; denn es steht ja keineswegs von vornherein fest, daß Sie Ihren Vater überleben und beerben werden. Ihre Frage regelt sich nach österreichischen Gesetzen, die mir unbekannt sind und die vielfach hinter der modernen Auffassung des Eigentums zurückbleiben; wahrscheinlich bekommen Sie das freie Verfügungsrecht über einen Pflichtteil und die Nutznießung von einem etwaigen Rest. Tritt die Frage ernstlich an Sie heran, so schreiben Sie hierüber einem Anwalt am Wohnort des Testators; kennen Sie keinen solchen, so fragen Sie das k. k. Amtsgericht um eine Adresse. Ihren Anfragen legen Sie stets eine Briefmarke für Rückporto bei.

Fr. M. in B.

**Auf Frage 5841:** Obligationenrecht 317: Für Verbesserungen, welche lediglich aus der gehörigen Bewirtschaftung hervorgegangen sind, hat der Pächter eines Grundstücks keinen Ersatz zu fordern. — Es ist zweifelhaft, ob dieser Artikel hier eintrifft, oder ob Sie nicht doch einigen Anspruch auf Vergütung stellen könnten; jedenfalls aber ist nach meinem Urteil ein solcher Anspruch durch das zinsfreie Wohnen ausgeglichen.

Fr. M. in B.

**Auf Frage 5842:** Tüchtige Fachkenntnis lernt man erst durch vieljährige Uebung, und besonders schwer ist es, die Qualität von Leinwand beurteilen zu können. Daß Sie nach vier Jahren noch die Verkäuferin belangen können, scheint mir kaum denkbar.

Fr. M. in B.

**Auf Frage 5842:** Sie scheinen die Linge im Verlauf der vier Jahre zu wenig gelüftet zu haben, so daß dieselbe wie man zu sagen pflegt „verlegen" ist, was hauptsächlich den Leinwandstoffen begegnet, wenn selbe unzweckmäßig besorgt werden. An einen Schadenersatz von Seite der Verkäuferin ist gar nicht zu denken. Die Tochter aber wird benachteiligt, wenn sie mit dieser minderwertigen Lingenausstattung sich begnügen muß.

W. J. in A.

**Auf Frage 5843:** Durch Unterrichtsbriefe und Selbststudium kann man vielerlei lernen; aber daß man eine fremde Sprache auf diese Weise geläufig sprechen lernt, das ist wohl kaum denkbar. Freilich, an den gleichen Ort wie die andern würde ich diesen Sohn nicht thun.

Fr. M. in B.

**Auf Frage 5844:** Gegen ein Glas Bier, nachts im Bett getrunken, ist nicht viel einzuwenden. Gegen Eigenwilligkeit der Tochter gibt es noch weniger Mittel als gegen Schlaflosigkeit; die Zeit ist da das beste Heilmittel, und einstweilen muß man Geduld haben. Ich möchte Mutter und Tochter tinct. valer. verschreiben, zweimal täglich 20 Tropfen in etwas Wasser. Ich glaube, es würde beiden gut thun.

Fr. M. in B.

**Auf Frage 5844:** Nehmen Sie vor dem Zubettgehen ein Bad von 29—30° C., und schlucken Sie nachher als Schlafmittel ein Glas Bier. Wenn Sie auf diese Weise wieder in die gute Gewohnheit des Einschlafens hineingekommen und durch ungestörten, ausgiebigen und tiefen Schlaf gekräftigt worden sind, so können Sie das Ihnen unangenehme Glas Bier weglassen, und ist dasselbe durch den Genuß von Aepfeln, verklopften Eiern mit Brot oder durch eine dicke Suppe zu ersetzen. Es ist ganz unrichtig, von vier Uhr an nichts mehr zu genießen, in Ihrem Alter und in Ihrem Fall. Mäßige Verdauungsarbeit des Magens entzieht dem Gehirn einen Teil des Blutes, und die Nerventhätigkeit, die sich auf den arbeitenden Magen konzentriert, erschlafft die Nerventhätigkeit im Gehirn, so daß oft der Genuß einer passenden Speise beim Zubettgehen ohne weiteres genügt, um bei älteren Leuten oder nervösen Kindern die Schlaflosigkeit zu heben. Machen Sie einmal einen Versuch, bevor Sie zum Gebrauch der gefährlichen medikamentösen Schlafmittel greifen.

D. R.

**Auf Frage 5845:** Ein Riechmittel, das eine natürliche Absonderung so plötzlich für die Dauer unterdrückt, daß wieder andere krankhafte Erscheinungen dadurch hervorgerufen werden, ist nichts weniger als harmlos. Solcherlei Stockungen werden oft zur Ursache von unheilbaren, chronischen Leiden. Das Einziehen von warmem Salzwasser in die Nase oder ein Kopfdampf würde das momentane Uebel ohne kritische Folgeerscheinung beseitigt haben.

Dr. K.-M.

---

## Das große Los.

„Jetzt gehe ich nachfragen, ob wir das große Los gewonnen haben!" Die Tochter nickte der Mutter fröhlich zu und ließ sie allein.

Die Mutter lehnte sich in ihren Sessel zurück und ließ sich von ihren Gedanken umspinnen. Das große Los! Wenn sie es gewänne — gewänne für ihre drei Kinder! Wie würde sich das Leben für sie mit einem Schlage umgestalten. Ein jedes von ihnen, es brauchte das Geld so dringend, so unumgänglich nötig, um aus dem Schatten in den Sonnenschein zu treten.

Ihr Aeltester! Ihr Auge blickte stolz und wehmütig zugleich bei dem Gedanken an ihn. Er wollte Arzt werden und studierte in der nahen Hauptstadt. Aber das Studium der Medizin währt lange und kostet viel. Nur wenig konnte sie, die mittellose Witwe, für seinen Unterhalt beisteuern, das übrige mußte er selbst verdienen.

Und er verdiente unermüdlich und klaglos. Des Morgens früh las er einem alten Herrn Zeitungen und Briefe vor, langsam, Wort für Wort, zwei Stunden lang, Tag für Tag; des Abends lief er von Haus zu Haus, um denkfaulen Knaben die Mühe des Lernens abzunehmen, so weit dies möglich ist. Dazwischen hörte er seine Kollegien, experimentierte, arbeitete bis tief in die Nacht hinein. Er schloß die Augen vor jeder Zerstreuung; nahm willig jede Entbehrung auf sich.

Nur von seinem Erfolge sprach er, wenn er bei seiner Mutter war, aber seine schmächtige Gestalt, seine scharfen Züge, der vorzeitig ernste Blick seiner Augen redeten eine Sprache, die das Mutterherz nur zu wohl verstand.

Und wie lange würde er noch so zu ringen haben! Wann konnte er wohl daran denken, sich als selbständiger Arzt einzurichten in einer Zeit, welche an Geschicklichkeit und Tüchtigkeit nicht glaubt, wenn äußerer Glanz und selbstbewußte Unabhängigkeit sie nicht begleiten!

Wenn sie jetzt Reichtum für ihn gewänne! Er könnte die geisttötenden Stunden abschütteln und sich ganz und voll seinen Studien widmen. Er könnte Apparate, Bücher, Instrumente kaufen, er könnte sich, wenn die Prüfungen hinter ihm lägen, vornehm und glänzend einrichten, könnte, ohne ängstlich jedes Honorar berechnen zu müssen, ungehindert seinem Ideal nachstreben, für Arme und Reiche, Vornehme und Geringe ein gleich hingebender, selbstloser Helfer zu sein. Ach, daß sie gewänne, um seinetwillen gewänne!

Und ihre Tochter? Sie war jung und anmutig, voll feiner Herzens- und Geistesbildung. Aber was half ihr das ohne Geld! Unbeachtet würde sie verblühen. Wer freit heutzutage um ein armes Mädchen! Freilich, es gab wohl einen, der sie mit den Augen der Liebe ansah, aber er war arm wie sie. Vielleicht wagte er es nie, um sie zu werben, und wenn er es wagte, welches Los erwartete sie an seiner Seite? Unter strenger Arbeit und Entbehrung, mit Sorge und Not für die heranwachsende Familie kämpfend, was würde aus ihrer Lieblichkeit, aus der Anmut ihres Geistes werden?

Wenn sie jetzt Reichtum für sie gewänne! Mit einem Mal würde sich alles ändern. Sie würde gesucht und gefeiert, umschwärmt und umschmeichelt werden. Sie könnte wählen unter

den besten, und der beste würde sie wählen. Im sorglos schönen Heim, umringt von allen Annehmlichkeiten des Reichtums, wie würde ihre Schönheit erblühen, ihr Geist sich entfalten! Ach, daß sie gewänne, gewänne um ihretwillen!

Und ihr Jüngster? Ihr Freuden- und Schmerzenskind! Eben jetzt stand er vor der Wahl seines Berufes. Die Notwendigkeit, bald zu Brot und Amt zu kommen, ließ ihn sich für den Lehrerberuf entschließen, während das in ihm gärende Talent ihn stürmisch zum freien, dichterischen Schaffen drängte. Wenn sie jetzt Reichtum für ihn gewänne!

Frei und fessellos könnte er der Stimme seines Genius folgen, aus den reichen Quellen des allgemeinen Wissens trinken, sich von seiner Begeisterung zu den höchsten Höhen tragen lassen, die dem Menschengeist erreichbar sind. Er könnte die Welt sehen, die glänzendsten Kreise aufsuchen, überall Anregung und Schaffenslust gewinnen. Von seinem vor der Not des Lebens geschützten, in harmonischer Schönheit ausgestatteten Heim könnte er seine Stimme ertönen lassen für alles, was dem Menschenleben Wert und Adel gibt. O, daß sie gewänne, gewänne um seinetwillen, um ihrer drei Kinder willen!

Sie selbst, sie hatte keinen Wunsch. Oder doch! Vor ihren Augen baute sich ein kleines, weißes Häuschen auf. Flieder und Jasmingesträuch umrankten es, der Garten dahinten quoll von bunten Sommerblumen über, die sonnigen Zimmer waren mit teuren Andenken, mit Blumen und Büchern und Bildern geschmückt. Dort wollte sie wohnen und ihre Kinder erwarten, die, wie reich und schön ihr eigenes Heim sich gestalte, das Heim der Mutter noch trauter und schöner finden sollten.

O, daß sie gewänne! Und plötzlich war es ihr in den Schoß gefallen; was sie erträumt, das wurde Wirklichkeit.

Sie sah ihren Aeltesten vor sich. Wie fest seine schmächtige Gestalt sich aufrichtete bei der Nachricht des Glückes, welch junger Ausdruck in die ernsten Augen kam! Nun brauchte er sich nicht länger abzuschließen vor jeder Lust, konnte ohne Vorwurf froh mit den Fröhlichen sein. Er sammelte die Freunde und Bekannten um sich, denen er bisher ein so ungeselliger Kamerad gewesen; beim Klange der Gläser aber, mit dem sie sein Glück feierten, da erwachte, was bisher gewaltsam unterdrückt und zurückgehalten in ihm geschlummert, die leichte Lebenslust, das heiße Verlangen nach Genuß. Was das Leben der Großstadt an schäumender Lust zu bieten hatte, das genaß er. Was kam darauf an, daß sein Studium ins Stocken geriet! Ob er seine Prüfungen ein paar Semester früher oder später machte, das hatte für ihn jetzt nichts zu sagen. Sobald er wollte, konnte er das Versäumte ja nachholen.

Die Kreise aber, die ihn erfaßt, ließen ihn nicht wieder los, sie zogen ihn nur tiefer zu sich herab. Zu den unbedenklichen Genüssen kamen die bedenklichen, zu den leichtherzigen Bekanntschaften die leichtsinnigen. Er, der nichts gekannt, nichts genossen, wollte jetzt alles kennen, alles genießen. Nach der Erregung des Genusses kam die Arbeit ihm schal vor, so daß er von ihr sich rasch neuem Genusse zuwandte, bis seine Körperkraft anfing zu versagen. Zwischen jähem Sinken und kurzem Aufraffen taumelte er hin und her, bis er, im leichtsinnig heraufbeschworenen Ehrenhandel verwundet, zusammenbrach. Seiner, in Vergnügungen erschlafften Gesundheit fehlte die Kraft zur Genesung. Unheilbarem Siechtum verfallen, sah die Mutter ihren Aeltesten seinen Einzug in das Flieder und Jasmin umbuschte Häuschen halten, in dem sie ihrer Kinder wartete.

(Schluß folgt.)

# Feuilleton.

## Unser Schneeglöckchen.

Erzählung von Harald Eknif.

(Fortsetzung)

Dora wollte den Wunsch ihres Töchterchens erfüllen, winkte der Kinderfrau, es ihr zuzureichen, und war im Begriff, ihr dieses über die geschlossene Wagenthür hinweg abzunehmen, als in diesem Augenblick eine vorüberziehende Militärmusik mit schmetternder Fanfare ihr Spiel begann. Die Pferde, erschreckt, zogen an und stürmten in rasendem Lauf vorwärts — die zarte Gestalt der Kleinen entglitt den Händen der Mutter, sie hörte einen markerschütternden Schrei — es war der Todesschrei ihres Kindes. Die Räder eines dem ihrigen unmittelbar folgenden Wagens waren über den kleinen Körper hinweggegangen, sein Leben war ausgelöscht! — —

Eine Ohnmacht entrückte Dora für die nächsten Augenblicke der Wirklichkeit; aber Eginhard hatte, am Fenster stehend, den ganzen furchtbaren Vorgang mit angesehen. Er verwehrte ihr den Anblick des toten Lieblings, und trachtete nur danach, sie der fast stumpfsinnigen Verzweiflung zu entreißen, die sie befallen hatte. Als er ihr aber das Sträußchen Schneeglöckchen, welches die kleine Totenhand noch fest umklammert gehalten hatte, übergab, da brach auch er zusammen, und mit lautem Schluchzen klagte er das Geschick an, das ihn auf den höchsten Gipfel des Glückes gehoben, um ihn nun so maßlos elend zu machen. Dora, in rasender Verzweiflung, daß sie durch eigene Schuld ihren Liebling verloren habe, verfiel in schwere Krankheit, die ihren Geist für immer zu umnachten drohte; als ihre Jugendkraft endlich siegte, da war sie nur einem Leben wiedergegeben, das ihr tausendmal schrecklicher als der Tod erschien, den sie als barmherzigen Retter aus ihrer Pein um Erlösung anflehte. Nicht allein, daß der heiße Schmerz um ihr Kind sie gegen alles, was ihr früher Freude gemacht hatte, abstumpfte, sie wies sogar, was ihr noch geblieben war, fast mit Widerwillen zurück.

Selbst der Besitz ihres Gatten dünkte ihr nichts im Vergleich zu dem, was sie verloren hatte. So sah sie es kaum, daß das Unglück auch das Beste in ihrem Manne vernichtete. Seine alt gewordenen Züge, sein ergrautes Haar erzählten von dem schweren Leid, das an seiner Seele nagte.

Sie konnte ihm keinen Trost gewähren. Ihr Anblick, der ihm früher das Herz erfreut hatte, müsse ihm, wie sie jetzt wähnte, furchtbar sein. Sie fühlte sich so schuldbeladen, daß sie am liebsten in den fernsten Erdenwinkel hätte flüchten mögen, um nur seinem anklagenden Blick, der, wie sie glaubte, immer vorwurfsvoll auf ihr ruhte, zu entgehen.

Welch ein trauriges Leben führten die Unglücklichen nun in ihrem verödeten Heim, in dem nicht mehr das fröhliche Jauchzen ihres Lieblings erschallte; sie fühlten, daß sie mit dem Kinde alle Lebensfreude auf immer begraben hatten!

Wie anders tönt sich der Schmerz bei Menschen ab, die der Tod auf natürliche Weise eines teuren Angehörigen beraubt hat; der heftige Gram geht da im Lauf der Zeit in milde Wehmut über — der Stachel in Doras Herzen schmerzte täglich neu.

Jeder Liebesdienst ihres feinfühligen und immer gleich rücksichtsvollen Gatten verursachte ihr Qual. Als sie im Lauf der Zeit zu kränkeln begann, wehrte sie sich dagegen, etwas für ihr körperliches Wohl zu thun, und flehte Eginhard an, von seinem Vorsatz, sie ins Bad zu schicken, abzustehen. War es ihr bestimmt, in einigen Jahren ins Grab zu sinken, so sollte man dieses Schicksal nicht von ihr abzuwenden suchen; die Qual ihres Daseins konnte ja doch nur mit ihrem Leben erlöschen. Sie fühlte sich unfähig, in dieser furchtbaren Gemütsverfassung zum Wohl anderer auch nur das Geringste beitragen zu können. Sie erhoffte darin auch keine Aenderung für die Zukunft. Dabei war sie noch so jung. Sie hatte einmal irgendwo gelesen: In der Jugend ist man anspruchsvoll mit seinem Verlangen nach Glück; hat man aber erst die Vierzig erreicht, so fühlt man sich schon recht herzlich zufrieden, wenn man nur nicht ganz unglücklich zu sein Ursache hat. Vielleicht brachte diese Altersstufe eine Wendung in ihrem Gemütsleben hervor. Aber noch eine Reihe endlos langer Jahre darauf warten zu müssen! Entsetzlicher Gedanke!

Seit sie nicht mehr im stande war, ihren Gatten zu beeinflussen, fühlte sie sich namenlos überflüssig. Sie maß ihre Liebe zu einem Menschen nicht an dem, was sie von ihm empfing, nein, danach, was sie ihm geben konnte, und sie hatte jetzt nichts, gar nichts mehr auszuteilen. Sie hing ihren Grübeleien bei mechanisch ausgeführten Handarbeiten nach; sie führte fast ebenso mechanisch den Haushalt, weil es ihre Pflicht war; sie spendete Almosen — aber was bedeutete das alles?

In der Selbstsucht ihres Schmerzes sah sie es nicht, daß Eginhard nicht allein seelisch, sondern auch körperlich litt. Im Gemüt vereinsamt, spann er sich nun ganz in seine Gelehrsamkeit ein zum Schaden seiner Augen, die durch Ueberanstrengung erkrankten, denen er aber keine Schonung angedeihen ließ.

So kam es, daß sein Arzt eines Tages die traurige Entdeckung machte, daß nur noch durch eine Operation, deren Ausgang zweifelhaft sei, die Möglichkeit einer Rettung geboten werden könne.

Der Professor fühlte nicht die Kraft in sich, Dora von diesem neuen drohenden Schicksalsschlage in Kenntnis zu setzen. Sie sollte, so beschloß er, diese furchtbare Zeit nicht an seiner Seite verleben. Er setzte nun im Verein mit seinem Arzte alles daran, seine Gattin, die in letzter Zeit häufig hüstelte, zur Reise nach Reichenhall zu bestimmen. Endlich gab sie, des Widerspruches müde, nach, und erklärte sich bereit, die Reise in Begleitung einer Anverwandten Eginhards, der Tante Mathilde Bodmer, anzutreten.

* * *

Vor einer Abteilung erster Klasse des von Berlin nach München gehenden Abendzuges stand Eginhard, dessen Aeußeres nun ganz den Gelehrten verriet. Er hielt sich etwas gebückt, und seine Augen waren durch eine rauchfarbene Brille geschützt. Er hatte eben seiner Gattin und deren Begleiterin, die in den Zug gestiegen waren, die letzten Liebesdienste erwiesen, die man scheidenden Angehörigen vor der Abreise darzubringen pflegt. Nun reichte er beiden die Hand, und drückte zum Abschied Dora einen Kuß auf den Mund. Dann sagte er: „Jetzt, liebe Dora, kann ich wohl gehen; was wir uns noch zu sagen hatten, ist gesagt worden; beherzige, ich bitte Dich nochmals darum, meinen Rat, Dich so viel wie möglich von Tante Mathilde aufheitern zu lassen. Du weißt, wie viel mir daran liegt!"

Nach diesen Worten wendete er sich schnell zum Gehen. Während die ältere Dame, der man den Humor aus den lachenden Augen blitzen sah, fröhlich ausrief: „Soll bestens besorgt werden!" verschwand der Professor schon in der hastenden Menge auf dem Bahnhof. Dora, erschreckt und verstimmt über den kurzen Abschied noch vor dem Abgang des Zuges, konnte kaum die aufsteigenden Thränen zurückdrängen über diese erste Lieblosigkeit ihres Gatten, dessen Zartgefühl für sie auch in den schwersten Zeiten, die das Ehepaar gemeinsam durchlebt hatte, immer unverändert geblieben war. Obwohl sie sich tief gekränkt fühlte, suchte sie bei ihrem rechtlichen Sinn die Ursache dieser Vernachlässigung nicht bei dem, von welchem diese Kränkung ausging, sondern sie klagte sich selbst mit den leise hingemurmelten Worten als die Veranlasserin dazu an: „So also habe ich mich ihm mit meiner Trübseligkeit verleidet, daß er sich gar nicht schnell genug von mir trennen konnte; dabei ist es unsere erste Trennung, seit wir verheiratet sind!"

Tante Mathilde hielt ihre Zeit für noch nicht gekommen, Dora aufzuheitern. Dem Trennungsschmerz mußte man sein Recht lassen; der würde sich schon mildern, wenn man morgen in München die herrlichen Kunstschätze besichtigte, welche Dora, die bei ihrem empfänglichen Sinn für alles Edle und Schöne durch ihren Gatten Kennerin geworden war, sie, die Uneingeweihte, belehrte. War es doch Mathildens größter Wunsch gewesen, nachdem sie das Stahr'sche Werk: „Kunst, Künstler und Kunstwerke des Altertums" gelesen, mit eigenen Augen die köstlichen Ueberreste zu schauen, welche die Münchener Glyptothek barg. Sie hatte es sich wahrlich nicht träumen lassen, daß ihr, die in ziemlich beschränkten Verhältnissen in ihrem westpreußischen Heimatsstädtchen lebte, einmal das Glück beschieden sein sollte, eine so köstliche Reise machen zu dürfen, zu der ihr gelehrter Neffe sie als Begleiterin seiner jungen Frau aufgefordert hatte. So brachte ihre fröhliche Laune, die sie kaum jemals verließ und die in der Verwandtschaft einen gewissen Ruf besaß, ihr doch auch einmal etwas ein, worauf sie gewiß niemals verfallen wäre.

Es beschämte das alte Fräulein ordentlich, wegen ihres bißchen Schwatzens einen solchen Vorzug errungen zu haben; an Dank von ihrer Seite sollte es aber wahrlich nicht fehlen! Eginhard würde seine Frau nicht wieder erkennen, so sollte sich deren Stimmung nach sechswöchentlicher Kur in dem herrlichen Reichenhall verändert haben. Sie wollte Doras Gesundheit auf jede Weise zu fördern suchen, ja, sie würde nicht ruhen, bis sie das höchste Ziel ihrer Pflegschaft erreichte, Doras köstliche Stimme, dieses Gnadengeschenk des Himmels, wieder zu hören.

Während das alte Fräulein in Ausmalung dieser Zukunftsbilder allmählich in sanften Schlummer versank, gab sich Dora unter dem letzten traurigen Eindruck, den sie von der Heimat mitgenommen hatte, den schmerzlichsten Erinnerungen hin. Was war aus ihr geworden, seit sie die letzte Reise mit ihrem Gatten, ein Jahr vor der Geburt ihres Kindes, gemacht hatte! —

War sie, die jetzt noch mehr seelisch als körperlich entkräftet in den Kissen lehnte und das Ende der Nacht ungeduldig herbeisehnte, noch dieselbe Frau, die vor acht Jahren an der Seite ihres Gatten fröhlich und genußfreudig in die Welt hinausgestürmt war?

(Forts. folgt.)

Buchdruckerei Merkur, St. Gallen.

Beilage: „Koch- u. Haushaltungsschule" Nr. 4.

## Abgerissene Gedanken.

Menschen, die vollentwickelte Eigenschaften besitzen, die in uns nur im Keime angelegt sind, die wir deshalb mit Wärme bewundern, denen wir stets gleichkommen möchten und nie gleichzukommen vermögen, packen unsere Seelen am stärksten und halten sie am längsten fest.

## Briefkasten der Redaktion.

**T. J. in G.** Für die Jugend und das Alter kann lange fortgesetzte Unterbrechung des Schlafes verhängnisvoll werden. Noch in der Entwicklung stehende, hauptsächlich bleichsüchtige oder nervöse junge Mädchen und greise Frauen eignen sich deshalb nicht zur Wartung und Pflege von kleinen Kindern und Kranken, wenigstens nicht, wenn die Pflege eine andauernde ist. Sollte dies dennoch nicht umgangen werden können, so muß es als unabänderliche Pflicht betrachtet werden, der Nacht mit oft unterbrochenem Schlaf eine ausgiebige Bewegung im Freien mit darauf folgenden Stunden ungestörten Schlafes anzufügen. Zwar so, daß die Betreffende sich mit der Gewißheit schlafen legen kann, mit voller Berechtigung schlafen zu dürfen, ohne auf die Pflegebedürftigen achten zu müssen. In dieser Gewißheit wird der Schlaf ein tiefer und erquickender sein. Greise Frauen leiden in der Art oft an Schlaflosigkeit, daß sie nach einer Unterbrechung des Schlafes den Schlaf absolut nicht mehr finden können. Der Wärterin ist aber die Bewegung im Freien nicht als Erholung anzurechnen, wenn sie das Kind im Kissen austragen muß; denn dies ist eine ganz erhebliche Anstrengung, die sogar manchem muskelstarken Mann bald zu viel sein würde. Wählen Sie also das kräftige und widerstandsfähige „Mittelalter".

**Fragesteller in H.** Der Beleidiger ist nicht die richtige Instanz, um die durch ihn erfolgte Beleidigung auf ihre Schwere und Intensivität zu taxieren; denn da ist nur das persönliche Empfinden des Beleidigten maßgebend. Sie können dem einen die größten Schmähungen an den Kopf werfen, und er lacht vielleicht darüber, oder er bezahlt Sie kalten Blutes mit gleicher Münze, währenddem ein zweifelhaftes Achselzucken, ein unfreundlicher Blick, ein fragliches Lächeln oder scheinbares Uebersehen eine empfindsame Natur, ein selbstquälerisches, mißtrauisches Wesen in Verzweiflung stürzen kann. Wenn Sie einen Menschen nicht gut kennen, wenn sein Wesen verschlossen und Ihnen ein Rätsel ist, so zählen Sie ihn ohne weiteres zu den Tiefempfindenden und Leichtverletzten, und richten Sie vorsichtig und rücksichtsvoll Ihr Handeln danach ein; Sie ersparen damit sich selbst und anderen viel Herzweh.

**Hrn. T. J. in L.** In Ihrem und in vielen ähnlichen Fällen ist die Ursache zu der beklagten Erscheinung ganz anderswo zu suchen. Sie werden die Materie in einer der nächsten Nummern behandelt finden, was uns der Notwendigkeit überhebt, an dieser Stelle darauf einzutreten.


**Wer seine Gesundheit bewahren**

und vor Krankheit schützen will, sollte besonders auf die Kräftigung seines Blutes besorgt sein. Zu diesem Zwecke können wir vertrauensvoll den echten **Eisencognac Golliez** empfehlen, der bei seiner hervorragenden blutbildenden Eigenschaft, sowohl den Appetit erregt als auch die Verdauung befördert. In allen Apotheken zu Fr. 2. 50 und Fr. 5. — zu haben. Verlangen Sie immer die Marke der „zwei Palmen". [1038

**Hauptdepot: Apotheke Golliez in Murten.**


## Zur gefl. Beachtung.

Schriftlichen Auskunftsbegehren muss das Porto für Rückantwort beigelegt werden.

Offerten, die man der Expedition zur Beförderung übermittelt, 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 befugt ist, von sich aus die Adressen anzugeben.

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.

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

*Eine im Umgang gewandte, geschäfts- und reisekundige Tochter oder sonst alleinstehende, ehrenhafte Frauensperson mit guten Manieren, findet Engagement als Reisende zum Besuche von Privaten. Gute Position. Offerten mit Angabe des Alters und der bisherigen Thätigkeit, sowie von Referenzen und der Photographie begleitet, befördert die Expedition unter Chiffre „Reisende". Die Stelle wird von einer seriösen, hochachtbaren Schweizerfirma vergeben. [FV 1116*

*Eine konfirmierte Tochter aus gutem Hause sucht Stelle als Volontärin zu einem kinderlosen Ehepaar, wo sie unter Anleitung einer tüchtigen Hausfrau die Hausgeschäfte und das Kochen gründlich erlernen könnte. Familiäre und gute Behandlung erwünscht. Eintritt nach Ostern. Offerten unter Chiffre 1112 befördert die Expedition. [1112*

### Zu übernehmen gesucht

***Zwei Damen suchen ein nachweisbar gut gehendes und rentables, kleineres, für sie passendes Geschäft zu übernehmen. Offerten unter Chiffre „Geschäft" befördert die Expedition. [1012***

*Eine rechtschaffene und willige Tochter findet Stelle in **Locarno** zur Besorgung der Hausarbeiten. Im Anfang hat die Gesuchte hauptsächlich in der Küche zu helfen. Der Haushalt besteht im Sommer nur aus 2 - 3 Personen. Lohn 25 Fr. per Monat. Gute Behandlung ist zugesichert. Eintritt baldmöglichst. Offerten unter Chiffre „Locarno 1106" befördert die Expedition. [1106*

### Gesucht:

*eine Tochter aus guter Familie, die geneigt wäre, eine Stelle in dem Hause eines Arztes anzunehmen, wo sie die Zimmer zu besorgen hätte und Patientinnen pflegen müsste. Gute familiäre Behandlung wird zugesichert. Offerten mit Gehaltsansprüchen beliebe man unter Chiffre K 1105 an die Expedition dieses Blattes einzusenden. [1105*

### Gesucht.

*Eine Tochter aus guter Familie auf dem Lande wünscht ein Kind in Pflege zu nehmen. Offerten befördert die Exdition des Blattes. [1083*

*Eine Tochter sucht Stelle als Kindermädchen. Zeugnisse stehen zu Diensten. Gefl. Offerten unter Chiffre 1093 befördert die Expedition. [1093*

**Kinder-Milch.**

*Die sterilisierte Naturmilch der Berner Alpen-Milchgesellschaft verhütet*

***Verdauungsstörungen.***

*Sie sichert dem Kinde eine kräftige Konstitution und verleiht ihm blühendes Aussehen.*

***Dépôts in den Apotheken.*** [826

**Alpinula — Avenches**

**VAUD.**

*In hübscher Gegend schön gelegenes, für **Töchterpensionat** eingerichtetes Haus. — Ausbildung in **Sprachen, Wissenschaften, Malen, Musik,** verbunden mit Kursen in **Weissnähen, Kleidermachen, Stickerei.** Englische, italienische und deutsche Lehrerinnen im Hause. Preis jährlich 1000 Fr. [905*
*Auskunft früherer und jetziger Zöglinge. Prospekte durch die Vorsteherin*

***M. Doleyres-Cornaz.***

**Töchterpensionat I. Ranges**

und

Haushaltungsschule

**Villa Mont-Choisi, Neuchâtel.**

Eltern und Vormünder werden auf dieses zeitgemässe Institut aufmerksam gemacht. Töchtern aus besseren Ständen ist hier Gelegenheit geboten, die französische Sprache zu lernen, sowie sich im Kochen und Haushalten auszubilden. Christliches Familienleben. Komfortabel eingerichtetes Haus mit grossem Garten. Prachtvolle Lage am See. Prospektus und Referenzen stehen zu Diensten. [880

**Töchter-Pensionat**

Ray-Moser

**in FIEZ bei GRANDSON**

**(gegründet 1870)** [921

könnte nach Ostern wieder neue Zöglinge zur Erlernung der französischen Sprache aufnehmen. — Gründlicher Unterricht. — Familienleben. — Moderierte Preise. — Musik, Englisch, Italienisch, Malen. — Beste Referenzen und Prospekte zu Diensten. Für nähere Auskunft wende man sich direkt an **Mme. Ray-Moser.**

**Orthopädisches Institut**

*Neumünsterallee 3, **Zürich V***

***an der elektrischen Strassenbahn Bellevue - Hirslanden.***

*Das Institut behandelt vorzugsweise: Rückgratsverkrümmungen (hohe Schulter, hohe Hüfte, schlechte Haltung), Wirbelentzündungen, Verkrümmungen der Glieder, Lähmungen, Entzündungen, Steifigkeiten und Kontrakturen der Gelenke, insbesondere auch des Hüftgelenks. — Angeborene Luxationen des Hüftgelenks, Klumpfüsse und Plattfüsse.*

*Grosser, gutventilierter Uebungssaal (130 Quadratmeter Grundfläche) mit specieller Einrichtung für Behandlung der Rückgratsverkrümmungen mit Maschinen-Gymnastik. Gesonderte Abteilung für operative Fälle mit aseptischem Operationszimmer und geübtem Pflegepersonal.*

*Massage-Kuren in und ausser dem Hause. Pension im Hause mit entsprechender Beaufsichtigung der die Kur gebrauchenden Kinder. Geräumiger Spielsaal. Veranden, grosser Garten mit Spielplatz. Internat und Externat. Prospekte zu Diensten. [1117*

***Dr. A. Lüning.***
***Dr. Wilh. Schulthess.***

*Sprechstunden: Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag 11—12 Uhr.*

*Eine erstklassige Damenschneiderei mit feinster Kundschaft ist auf August oder September abzutreten. Bedingungen sehr günstig. Da die jetzige Besitzerin sich in Paris niederlässt, hätte die Nachfolgerin alle Vorteile im Geschäftsverkehr. Offerten unter Chiffre A 1099 befördert die Expedition d. Blattes. [1099*

### Gesucht.

*In kleiner, deutscher Familie in **Locarno** findet ein junges Mädchen freundliche Aufnahme, um als Volontärin den bürgerlichen Haushalt und das Kochen gründlich zu erlernen. Offerten unter Chiffre 1100 befördert die Exped. [1100*

### Stellegesuch.

*1072] Eine Tochter von 18 Jahren aus guter Familie, häuslich erzogen, soeben einen Kochkurs beendet, wünscht Stelle in besserm Privathaus, wo sie Gelegenheit hätte, das Kochen praktisch einzuüben. Familiäre Behandlung. Gefl. Offerten unter Nr. 1072 an die Expedition des Blattes. [1072*

[1115

**Eine**

**gute Lausanner Familie**

würde eine junge, zuverlässige und bescheidene **Tochter aufnehmen.** Dieselbe könnte die Haushaltungsarbeiten und die französische Sprache gegen kleines Pensionsgeld erlernen. Offerten unter Chiffre O 3412 L an die Annoncen-Expedition **Haasenstein & Vogler, Lausanne.** [1085

**Pension Chapuis**

**Villa Belvédère**

**Prilly près Lausanne**

für Lehrer und Jünglinge, die in den Ferien sich in der französischen Sprache zu vervollkommnen wünschen. [886

**Für Eltern.**

Das vorteilhaft bekannte praktische **Töchter-Institut und Pensionat Renens sur Roche près Lausanne** nimmt nach Ostern noch einige Töchter auf. Gründlicher Sprachunterricht, Englisch, Musik, meth. Kurs in Hand- u. Näharbeit, Zuschneidekurs, Anleitung zum bürgerlichen Kochen etc. Familienleben. Zahlreiche Referenzen. Prospekt. [1097

Praktisches
## Töchter-Pensionat
**Estavayer-le-lac (de Neuchâtel).**

Französisch, Englisch, Musik, Handarbeiten, Haushalt, Familienleben. Mütterliche Pflege. Preis 50 Fr. monatlich. Referenzen und Prospektus durch
1118] **Frau Dr. Torche.**

## Institution de jeunes gens
**VILLA MON-DÉSIR**
**Payerne** (Waadt)

Gründliche Erlernung der modernen Sprachen, Handelsfächer und Künste. — Geräumiges, komfortables Haus; grosse Gärten. — Aufmerksame Pflege. Es werden nur 12 bis 15 Zöglinge aufgenommen. — **Referenzen: Herr Prof. H. Golay, St. Gallen.** — Prospekt und anderweitige Auskunft verlange man von dem Direktor
935] ***Prof. F. Deriaz.***

## Pension für junge Töchter.
**Mme Ziegler-Vuille**
**St-Blaise, Neuchâtel.**

Gründliche Erlernung der französischen Sprache. Familienleben. Musik. Englisch. Italienisch. Malen. Beste Referenzen. Prospekte zu Diensten. [895

**Töchter-Institut**
**„Flora" Kronthal, St. Gallen.**

Sorgfältige Erziehung u. gründlicher Unterricht i. deutsch., franz. u. engl. Sprache, Musik u. allen Fächern. Referenzen v. Eltern d. Pensionärinnen. Prospekte. Hochachtungsvollst [907
**Frau M. Brühlmann-Heim.**

## Pensionnat de demoiselles
**Dedie-Juillerat, Rolle**
**Lac de Genève.**

Enseignement français, anglais, dessin, arithmétique, ouvrages à l'aiguille. Leçons particulières: italien, musique et peinture. Sur demande **références** et **prospectus.** Prix modéré. [916

Israelitisches
## Knaben-Institut
Villa „Les Jordils"
**Lausanne** (französische Schweiz)

**Referenzen und Prospekte zur Verfügung.**
914] *Direktor:* ***B. Bloch.***

Die bewährten
**„Factum"-**
**Schweiss-Socken**
**-Strümpfe und -Wolle**
**zum Stricken** [1063
empfiehlt bestens
**E. Senn-Vuichard**
**ST. GALLEN.**

## Knaben-Institut Lutz
**Kronbühl bei St. Gallen.**

Christl. Erziehung bei sorgfältiger Beaufsichtigung und Pflege. Gründlicher Unterricht durch patentierte Lehrer in sämtlichen Sekundarschulfächern. Alte Sprachen fakultativ. **Vorbereitung auf höhere Lehranstalten und Fachschulen, sowie auf die kaufmännische und gewerbliche Laufbahn.**
**Beginn der Jahreskurse 1. Mai.**
1031] (H 711 G) **Th. Lutz-Schlatter,** Vorsteher.

## Institut Delessert
**Gegründet 1864.** **Château de Lucens** **Ct. de Vaud.**
**Leistungsfähigste Handelsschule für moderne Sprachen.**

**In einem Jahr 3 Sprachen:** Französisch, Englisch, Italienisch oder Spanisch. Hauptzweck: **Handelskorrespondenten** zu bilden. Eigene, bewährte Methode. Tägliche Konversationsstunden in allen **vier** Sprachen. Nebenfächer: Buchhaltung, Stenographie, Maschinenschreiben. **Beginn des Sommersemesters** (74stes) **15. April 1901.** Mässige Preise, Vergrösserung der Anstalt, moderne Einrichtung. Für Prospekte und Referenzen wende man sich an [1002
***Porchet & Pfaff,*** *Direktoren und Besitzer.*

SUCHARD's
## CHOCOLAT FONDANT
**Die feinste Dessert-Chocolade**
***Letzte Neuheit!***
979] aus der
**weltbekannten Fabrik PH. SUCHARD, Neuchâtel**

## Handelsschule „Frey", Bern
**Staatlich konzessioniert**

Studium aller modernen Sprachen und Handelsfächer. Erste Vorbereitungsschule für Post-, Telegraphen- und Eisenbahn-Examen. [943
**Das nächste Trimester beginnt am 15. April.**
Prospekte und Jahresberichte beim Vorsteher: **Emil Frey,** Schanzenstr. 4, **Bern.**

## Institut für junge Leute
**Clos-Rousseau, Cressier bei Neuenburg.**

Offizielle Verbindungen mit der Handelsschule in Neuenburg.
***Gegründet 1859.***

Erlernung der modernen Sprachen und sämtlicher Handelsfächer. — Sieben diplomierte Lehrer. — Prachtvolle Lage am Fusse des Jura, in unmittelbarer Nähe des Waldes. Referenzen von mehr als 1450 ehemaligen Zöglingen. [871
*Direktor:* ***N. Quinche,*** *Besitzer.*

## Knaben-Pensionat
**Müller-Thiébaud**
**in Boudry bei Neuenburg.**

Rasche und gründliche Erlernung der französischen Sprache. Englisch, Italienisch, Handelsfächer, Vorbereitung auf das Postexamen. Sorgfältige Ueberwachung und Familienleben. Vorzügliche Referenzen. Prospekte auf Verlangen. [867

## Knaben-Pension
**C. Bolens-Weissmüller**
**Bôle b. Colombier (Neuchâtel).**

Gründliches Studium des Französischen, Italienischen etc., Handelswissenschaftl. Vorbereitung auf die Post. Mässige Preise. Familienleben. Prima Referenzen. [875

## Jünglings-Pension.
**Französische Sprache.** [901
**Vaucher,** Lehrer, **Verrières.**

## Pension famille pour jeunes gens
chez Mons. le prof. **Dupuis, à Peseux** (Neuchâtel). Facilité de suivre les cours de l'Institut de Peseux ou des écoles de N. Etudes surveillées. Bonne cuisine bourgeoise. Intérieur confortable. [1080

## Töchter-Pensionat
von Frl. **Bosson**
**Pampigny bei Morges** (Waadt)
**670 Meter über Meer.**

Sehr gesunde Lage, herrliche Aussicht, in waldreicher Gegend, christl. Familienleben, französischer Unterricht, Klavier, Handarbeiten. Referenzen und Prospektus zur Einsicht. [972

## Institut Keller
**Villa „Sonnenblume", St. Gallen.**

Sorgfältige Erziehung und Pflege. Deutsch, Französisch, Musik, Malen, Handarbeit. Beste Referenzen. Prospekte. [1030
**Frau Keller-Seydel u. Töchter.**

**Achtung!** Ein **Achtung!** [1113
**erprobtes Mittel gegen Sommersprossen**
zur einfachen, selbständigen Herstellung teile ich jedem mit gegen geringe Zahlung. Diskret. zugesichert. Offert. mit Retourmarke an **Marchand, postlag., Zürich Wiedikon.**

**Herzkirchenthee** [650
vorzügliche Qualitäten echt chinesischen Schwarzthee in verschiedenen Mischungen und Preislagen.
**Verkaufsstellen** an Plakaten ersichtlich.
En gros bei
Carl F. Schmidt, Zürich.

**Empfohlen durch die „Schw. Frauen-Ztg."**
## Reform-Korsett
**Dr. med. Anna Kuhnow.**
***Bequem, solid u. billig***
***leicht waschbar.***
Preis 6 Fr. [1015
Fabrikant: **F. Wyss**
**Mühlebachstrasse 21, Zürich V,** beim Bahnhof Stadelhofen

**Verkaufsstellen:** **Affoltern a. A.:** Meyer-Wydler. — **Altstätten** (St. Gallen): C. Baumgartner, Volksbazar. — **Baden:** Schw. Ubelmann, Badstrasse 204. — Fr. Bauhofer-Kunz, Bahnhofpl. — **Basel:** Wwe. Böhner-Hetzel, Sattelgasse 6. Fr. Meyer-Weibel, Hammerstr. 92. Fr. Züst-Saxer, Schützenmattstr. 30. — **Bern:** Wwe. Stückelberger, Kramgasse 74. Küpfer, Mittelstr. — **Biel:** Wwe. Henz-Jff, Café du Pont. — **Bischofszell:** J. Blumer. — **Buchs** (St. Gallen): Schwest. Rhyner. — **Burgdorf:** Schärer, mittl. Bahnhofstr. — **Chaux-de-fonds:** Mad. Devaux, rue de la Paix 11. Mad. Sandoz-Petermond, rue Jacques Droz. — **Chur:** Schmid-Sulser. — **Davos-Platz:** W. Glitsch. — **Frauenfeld:** Frl. A. Müller, Stickereigeschäft. — **Genf:** Vve. Bosshard, Avenue du Mail 10. — **Glarus:** Bekert & Hoessle. — **Haslen** (Glarus): Fr. Knobel-Kundert. — **Heiden:** Lutz-Tagmann, Bazar. — **Herisau:** Vontobel, Platz. — **Kerns:** Fr. Röthlin, Tuchhdlg. — **Lachen:** Fr. Stähli-Wattenhofer. — **Lausanne:** Mad. Voruz, rue d'Etraz 25. — **Luzern:** Fr. Felber-Flueler, Kappelg. 14. — **Neuchâtel:** Maison Savoie-Petitpierre. — **Rapperswil:** Bremy-Stammer. — **Romanshorn:** Fr. Fischer-Zully, Bahnhofstr. — **Rüti:** Fr. P. Zeller-Hess. — **St. Gallen:** Sutter z. Spinnrad, Marktg. — **Solothurn:** Schwest. Hatemer. — **Thalweil:** H. A. Weiss sel. Erben. — **Uster:** Fr. Kipfer-Ritter, Poststr. — **Wädenswil:** Frl. Leuthold. — **Wald** (Zürich): Fr. Wwe. Kaegi-Hess. — **Wolfhalden:** Fr. Engi, Schulhaus. — **Weinfelden:** Fr. Aus der Au. — **Winterthur:** Fr. Schneider, obere Kirchgasse. — **Zug:** Hümbert-Iten. — **Zürich:** F. Wyss, Mühlebachstr. 21. Frau Hausheer-Rahn, Grossmünsterstr. H. Pfisters Wwe., Rennweg. — **Zurzach:** Fr. Eichenberger. [1015

**Bett-Tücher**
Reinleinen, Halbleinen mit Zwirnzettel, Baumwollen. Roh, gebaucht, Garn gebleicht und Gebleicht in grosser Auswahl

**Tisch-Tücher**
und
**Servietten**
ganz und halbleinen.
Damastgedecke.

**Thee-Gedecke**

**Wasch-Servietten**

**Gläser-Tücher**

**Küchen-Handtücher**

**Küchen-Schürzen**

**Kissen-Leinwand**
Duvet-Anzüge
Piquet, Basins, Damast

**Taschen-Tücher**

**Hemden-Tücher**
Reinleinen, Halbleinen und Baumwollen

Rohe und gebleichte
**Baumwoll-Tücher**

**Monogramm-Stickerei**

# Echte Berner Leinwand

entspricht ihrem Jahrhunderte alten Ruf für **grösste Dauerhaftigkeit** und **schönen Ausfall** in der Wäsche auch heute noch in vollstem Umfange. Da aber für circa 5 Millionen Fr. jährlich **fremde**, meist beschwerte, stark appretierte und minderwertige Leinenwaren in die Schweiz eingeführt werden, so ist grösste Vorsicht geboten, besonders für

# Braut-Aussteuern.

Wir führen nur **eigenes** hiesiges Fabrikat aus allerbesten Garnen. Für alle grösseren Anschaffungen geben wir auf Wunsch vorher Abschnitte zu **Waschproben.**

**Musterkollektionen franco zu Diensten.** | **Jede Meterzahl wird abgegeben.** | **Wir haben keine Detailreisenden.**

## F. Emil Müller & Co.
**Langenthal, Bern.** [426

**Mechanische Leinenweberei mit elektrischem Betrieb. Handweberei.**

## Hotel und Pension Lattmann, Ragaz

**das ganze Jahr offen**
empfiehlt sich für Kurgäste und Passanten mit der Zusicherung guter und billiger Bedienung. [375] *Familie Lattmann.*

Hausierer werden nicht gehalten.

Direkte Sendungen an die bekannte grösste und erste
**Chemische Waschanstalt u. Kleiderfärberei**
1114] **Terlinden & Co.**
vormals **H. Hintermeister** in Küsnacht **Zürich**
werden in **kürzester Frist sorgfältig** effektuiert und retourniert in solider
**Gratis-Schachtelpackung.**
Filialen u. Dépôts in allen grösseren Städten u. Ortschaften der Schweiz.

Hausierer werden nicht gehalten.

**Wer zu billigem Preis**

nur das Beste will, der verwende **Maggis 3 Specialitäten:** Suppenrollen, Suppenwürze und Bouillonkapseln. Diese einheimischen Produkte sind zu haben in allen Spezerei- und Delikatess-Geschäften. [1108

Vertrauensvoll wenden Sie sich an
**Weibel & Cie.**
Magazine zum „Grünenberg", **Winterthur.**
**En gros.** **En détail.**
**Damenkleiderstoffe**
Herren- und Knaben-Kleiderstoffe
Leinen- und Aussteuer-Artikel
Teppiche, Bettdecken, Reise- u. Pferdedecken
Baumwollstoffe für Kleider und Wäsche.
**Damenconfections**
erhalten Sie dort in schöner, gediegener Ware und grosser Auswahl. [777
Gegründet 1860. Muster gerne umgehend franko.

## Pensionnat-Famille.

**Madame Guex à Vevey,** reçoit en pension quelques jeunes **demoiselles** désirant apprendre le français et compléter leur éducation. — Anglais, musique, peinture. — Maison très bien située avec jardin. — Vie de famille. — Table soignée et abondante. — Prospectus à disposition avec nombreuses références de premier ordre, dans la Suisse allemande et à l'étranger. [1014
S'adresser à Madame **Jules Guex,** directrice, rue du Lac 23. **Vevey** (Vaud).

## Em. Hulliger

*professeur de sciences commerciales à l'Ecole de commerce de Neuchâtel recevrait encore quelques pensionnaires.* [1098

## Schuhhandlung und Maassgeschäft
**Rosenbergstrasse 52, ST. GALLEN.**

**Grosse Auswahl** frischer
**Schuhwaren**
in nur prima
**Schweizer Fabrikat**
bei
**äusserst mässigen Preisen.**

Beste **Putz- u. Unterhaltungsmittel** für gelbe und schwarze **Schuhe.** (Za 6 462)
Pat. **Putzhandschuh,** das Beste und Bequemste, was bis heute geboten. **Mühelos immer blanke Schuhe.**

Sämtliche Reparaturen sauber, schnell und billig. [1101
Rosenbergstrasse Nr. 52 **Robert Fässler** Rosenbergstrasse Nr. 52
NB. Uebernehme sämtliche Reparaturen an Gummischuhen.

## Flaum-Steppdecken-Fabrikation
von
**Carl Müller in Burgdorf.**
Maschinenbetrieb mit eigenen patentierten Maschinen.
**Billigste Bezugsquelle**
für Flaum-Steppdecken in allen Genres und Stoffgattungen.
Grosse Auswahl, gediegene, neue Dessins. [647
Reichhaltige Musterkollektion, sowie illustrierter Katalog und Preiscourant franko.
**Telephon.** NB. Das Umarbeiten von Düvet in Steppdecken wird prompt und billigst besorgt. **Telephon.**

# Pensionnat de jeunes filles

**Villa Wistaz sur Lausanne.**

Nombre d'élèves restreint. Direction: **Madame Maurer-Wistaz.** Personnel auxiliaire: Mesdemoiselles Maurer et Monsieur Maurer, professeur de langues et de littératures modernes à l'Université de Lausanne. [1082

**Le semestre d'été commence le 22 Avril.**

# Familienpension für Töchter

**welche die Stadtschulen zu besuchen wünschen.**

(H 1467 N) Direktion: Herr und Frau Professor **Lavanchy** in

**NEUENBURG.**

Angenehme Lage; grosser Garten. Französisch, Englisch. — Sorgfältige Pflege; mässige Preise. — Prospekte und Referenzen zur Verfügung. [1079

# Familien-Pension Persoz

**für junge Mädchen**

Rue des Beaux-Arts 1, **Neuchâtel.**

Gewissenhaftes Studium der französischen Sprache. Stunden in der Schule oder im Hause, je nach Wunsch. Klavier-Unterricht durch diplomierte Lehrerin. Ausgezeichnetes Familienleben. Beste, liebevolle Verpflegung. Sehr schöne Lage. Prospekte und Referenzen zur Verfügung. (H 1274 N) [1061

# Kochschule für Frauen und Töchter

**im Gasthof zum „Schlüssel", St. Niklausen, Obwalden**

veranstaltet und geleitet von Hermann Furrer, Küchenchef.

Die Kurse finden vom Frühjahr bis Spätherbst statt und dauern je 6 Wochen. Mässige Preise. **Der erste Kurs beginnt im Mai.** Prospekte gerne zu Diensten. [1088

**MARIN.** ✻ **Institut Martin** ✻ **Neuchâtel.**

**Französisch und Handelsunterricht.**

Prachtvolle Lage. Grossartige Aussicht auf den See und die Alpen. Moderne Einrichtung und Garten. Vollständige und schnellste Erlernung des Französischen und der übrigen modernen Sprachen. Mathematische und naturwissenschaftliche Fächer. Handelslehre in Verbindung mit der Handelsschule. **Specielle Vorbereitung auf die Examen für den administrativen Post-, Telegraphen- und Eisenbahndienst.** Zahlreiche diplomierte Lehrer und höchste Referenzen. Rationelle Körperpflege. Gymnastik. Football. Sorgfältige Erziehung. [727

Der Direktor und Eigentümer: **M. Martin,** Professor.

# Bad Fideris.

**Mineralwasser in frischer Füllung**

in Kisten zu 30 halben Litern, vorrätig im Haupt-Dépôt bei Herrn Apotheker **Helbling** in **Rapperswil;** in vielen Mineralwasser-Handlungen und Apotheken der Schweiz, auch direkt zu beziehen von der (Zag R 13) [1032

**Fideris-Bad,** im April 1901. ***Bad-Direktion.***

# Tellfaden.

**Sechsfacher Maschinenfaden à 500 Yards.**
**Unübertroffene Qualität. Schweizerfabrikat.**

In allen grösseren Mercerie-Handlungen zu beziehen. (H 108 Z) [845

**Dauernd wertvolles Braut- od. Geburtstaggeschenk**

# Buchhofer's „Schweizer Kochbuch"

**Gold-Medaille der internationalen Kochkunst-Ausstellung Frankfurt.**

Bürgerliche und feine Hotel-Küche. Wertvolle Tafeln über Einkauf und Qualität des Fleisches. Tranchieren von Gewild und Geflügel. Von ersten Fachautoritäten als **„einzig in dieser Art dastehend"** bezeichnet. Zu beziehen für Fr. 11.50, sch. gebunden, **direkt vom Verfasser Alex. Buchhofer,** Kochkurslelter der Berner Kochkurse. **Musterküche und Kochherdlager** Kramgasse 9, **Bern.** (H 1200 Y) [1059

Die

# Gartenlaube

eröffnet den ✻ Jahrgang 1901 ✻ mit den beiden hervorragenden erzählenden Werken:

**„Felix Notvest" von J. C. Heer**
**„San Vigilio" von Paul Heyse.**

Abonnementspreis vierteljährlich (13 Nummern) 2 Mark.
Zu beziehen durch die Buchhandlungen und Postämter.

# Die Treppe des Hauses

ist es, welche den grössten Verkehr und dem Eintretenden den ersten Eindruck seiner Bewohner übermitteln soll. Daher richte jeder Bewohner sein Hauptaugenmerk darauf, dass hier Ordnung und Sauberkeit herrsche, wofür selten allein der Hausbesitzer verantwortlich sein kann.

## Leichtere und bessere Vermietungen

waren in zahlreichen Fällen die Folge einer Instandsetzung des Aufganges.

## Stufen und Podeste

im Geschäfts- und Wohnhause mit kleinerer Einteilung versieht man am Besten mit

**Linoleum in Granit oder reicherem Muster in Moiré oder Inlaid**

welche unvergänglich im Stoff liegen.

## Ausgelaufene Stufen

werden durch unsere **Nivelinmasse** hergestellt und dann mit **Linoleum** belegt

**von unbegrenzter Haltbarkeit.**

Den herrschaftlichen

## Treppenaufgang

im Landhause oder zu den Privatwohnungen führend, belege man mit

**Faser-, Haar-, Cocus-, Manilla-Läufern**

Handgeknüpften

**Smyrna-Läufern**

**Tournay-, Velour-, Brussel- oder Woll-Läufern**

in welchen Sondermarken liefern, welche speciell dauerhaft **für den Treppenbelag** hergestellt sind.

## In Messing- und Nickelstangen

in allen Längen und Dicken haben wir stets grosses Lager und empfehlen dieselben billigst.

# Meyer-Müller & Co.

Specialhaus für Fussbodenbelag

**ZÜRICH**

**Stampfenbachstr. 6,** gegenüber dem Hotel Central

**BERN**

**Bubenbergplatz Nr. 10.**

Dépôt und Musterkollektionen bei den Herren **Guex-Schäppi & Co. in Winterthur.** [1090

## Neues vom Büchermarkt.

**Im Lindenhof** — Lob der Armut — Die Muttergottes von Altötting. Drei Erzählungen von Adolf Palm. Geheftet 3 Mk.; elegant gebunden 4 Mk. (Stuttgart, Deutsche Verlags-Anstalt.)

Der Schauplatz der ersten Erzählung: der prächtige Lindenhof am Bodensee, nebst Bad Schachen und fernerhin dem Bregenzer Wald, sind so bekannt, daß sie schon in sich Interesse erwecken. Noch mehr aber geschieht dies durch die scharfe Zeichnung der handelnden Personen, und die intime Feinheit der Naturschilderung. Es ist eine flotte, humorbelebte Erzählung mit kunstgeschichtlichen Anklängen (das berühmte, von Angelika Kaufmann gemalte Altargemälde in Schwarzenberg spielt darin eine Rolle). — „Das Lob der Armut" — „eine einfache Geschichte", wie der Verfasser sie nennt — spielt auf Capri und behandelt ein Problem, das an gewisse Kapitel der Philosophie Nietzsches in frappanter Weise anknüpft. — „Die Muttergottes von Altötting" versetzt den Leser in die Reichenhaller Berge. Hier weht frische, befreiende Alpenluft, und leise nur sind die tiefen, schneidenden Kontraste gestreift, welche in Glaubenssachen die Welt von heute bewegen.

## Briefkasten der Redaktion.

**Elisabeth St.** in **C.** Wir würden Ihr liebes Schreiben so gerne auf privatem Wege beantwortet haben, wenn eine Möglichkeit hiezu vorhanden gewesen wäre. Wie schwer muß es sein, in der Fremde im Hospital zu liegen mit einem Herzen voll Heimweh. Wenn Heimweh heftig auftritt und zu lange andauert, so wird immer die Gesundheit darunter leiden. Nun hat aber die schwere Krankheit und die glückliche Genesung von derselben auch Ihr Heimweh weggenommen, so daß Sie sich wie neu geboren fühlen, was Ihnen von Herzen zu gönnen ist. Es ist uns ein lieber Gedanke, zu wissen, daß Sie inmitten der trübsten Stunden in der „Schweizer Frauen-Zeitung" Trost und Ermutigung gesucht. Betrachten Sie auch künftighin eine jede Nummer als einen Extra-Gruß für Sie aus den heimischen Gefilden.

Frau **Anna P.** in **Sch.** Es ist wissenschaftlich erwiesen, daß die Sonne früh im Frühling am meisten Bleichkraft besitzt; das darf Sie aber durchaus nicht abhalten, der Sonne vollen Eingang in Ihre Wohnräume zu gewähren. Verhängen Sie die in der Sonne stehenden Möbel und Bilder mit gewöhnlichen Schutztüchern, und rücken Sie die Lagerstatt des kleinen Patientchens an einen sonnenbeschienenen Platz, wo der Rücken von den Strahlen beschienen wird, während der Kopf am Schatten ist; so lassen Sie den Kleinen ruhen und schlafen. Nach dem Sonnenbade wird der Körper rasch mit kühlem Wasser abgewaschen, leicht bekleidet und wieder in das sonnendurchwärmte Bett gebracht. Wenn der Kleine dabei in halbstündigen Pausen etwas Milch trinkt und weiche Eier ißt und daneben ruhig liegen bleibt, so wird die Kräftigung für Sie bald ersichtlich sein. Besuche sind in diesem Stadium nicht thunlich. Das beliebte, durch allerlei Schutzvorrichtungen ermöglichte Sitzen im Bette ist in diesem Falle ganz unstatthaft. Ruhen, Schlafen und Essen im Wechsel ist das einzig Zweckmäßige.

Frau **Dr. H.** in **L.** Ihrem Gesuche ist sofort und gerne Folge gegeben worden.

**Für Feinschmecker.** Ein erfahrener Käser, der seinem Beruf aus Gesundheitsrücksichten nicht mehr vorstehen kann, anerbietet sich, Privaten, feinen Pensionen und Hotels, wo prima Artikel verlangt und gewürdigt werden, das Beste in Käse zu beschaffen und nach Auftrag zuzustellen. Ganz besonders empfehlenswert sind vorzügliche Tilsiter Käschen, in Laiben zu 4½—5 Kilo. Hausfrauen, welche ihren Tischgenossen einmal von solchem Käse vorgesetzt haben, werden nachher immer wieder ein solches Käschen im Keller halten müssen. Gefällige Offerten unter Chiffre „Kenner" werden schnell beantwortet. [931


## Kräftigungsmittel.

Herr Sanitätsrat **Dr. Nicolai** in **Greußen** (Thüringen) schreibt: „Ich kann Ihnen nur wiederholen, daß Dr. Hommel's Hämatogen **speciell bei Lungenschwindsüchtigen** von **ausgezeichnetem und überraschendem Erfolge** war. Ich werde es gerne empfehlen, da die Empfehlung aus meiner vollen Ueberzeugung stammt."

Depots in allen Apotheken. [958


Es wird so oft von Müttern geklagt, sie finden nicht den festen Standpunkt, noch die passenden Worte und den richtigen Ton, um mit ihren heranwachsenden Söhnen und Töchtern diejenigen Fragen zu besprechen, von deren richtiger Lösung das Wohl des einzelnen Individuums und dasjenige der Familie abhängt, und so wird diese dringende Belehrung vielerorts der Zeit und dem Zufall überlassen, in der unbestimmten Hoffnung, daß das Leben mit seinen Erfahrungen die noch Unerfahrenen nach und nach schon einsichtig machen werde. Allen diesen unsicheren Müttern sollte das Buch von Richard Fugmann in die Hand gegeben werden,*) denn da würde ihnen das Verständnis aufgehen für ihre Pflicht als Erzieherin und Leiterin ihrer heranwachsenden Kinder; sie fände einen festen Boden, auf dem sie stehen und auf welchem sie ein sicheres Fundament erstellen kann für den Aufbau der sittlichen und hygieinischen Begriffe und Lebensanschauung, die sie ihren Kindern einzupflanzen die Pflicht hat. Zum großen Segen muß das Buch namentlich auch denen werden, die sich mit dem Gedanken an die Gründung einer Familie befassen, und denen es ernst ist, durch die Ehe ein ideales Glück zu bauen für sich selbst, für die Familie und für das allgemeine Wohl — für die Zukunft. Das Buch ist zu beziehen durch die Expedition dieses Blattes zum Preis von:

Fr. 2.25 broschiert [742
„ 3.— gebunden.

*) Besprochen in Nr. 45 dieses Blattes.


Geschmackvolle, leicht ausführbare Toiletten, Vornehmstes Modenblatt

**Wiener Mode**

mit der Unterhaltungsbeilage **„Im Boudoir"**.

Jährlich 24 reich illustrierte Hefte mit 48 farbigen Modebildern, über **2800 Abbildungen, 24 Unterhaltungsbeilagen** und **24 Schnittmusterbogen.**

**Vierteljährlich: K. 3.— = Mk. 2.50**

Gratisbeilagen:
**„Wiener Kinder-Mode"**
mit dem Beiblatte
**„Für die Kinderstube"**
sowie **4 grosse, farbige Modenpanoramen.**
**Schnitte nach Mass.**

Als Begünstigung von besonderm Werte liefert die „Wiener Mode" ihren **Abonnentinnen** Schnitte nach Mass für ihren eigenen Bedarf und den ihrer Familienangehörigen **in beliebiger Anzahl gratis** gegen Ersatz der Expeditionspesen unter Garantie für tadelloses Passen, wodurch die Anfertigung jedes Toilettestückes ermöglicht wird.

**Abonnements** nehmen alle Buchhandlungen und der Verlag der **„Wiener Mode"**, Wien, IV. Wienstrasse 19, unter Beifügung des Abonnementsbetrages entgegen. [1024

**Konserven-Fabrik Sursee**

empfiehlt [1054

**Ia gedörrte Schnittbohnen.**

Durch das einfache Heilverfahren des Herrn Popp bin ich vor 3 Jahren von meinem 8jährigen chronischen **Magen-Darmkatarrh** durch Gottes Gnade vollständig geheilt worden und war während dieser Jahre vollständig gesund. Ich fühle mich daher verpflichtet, Herrn Popp öffentlich zu danken und ähnlich Leidenden zu empfehlen, sich schriftlich an Herrn J. J. F. Popp in Heide, Holstein, zu wenden, derselbe sendet ein Buch und Fragebogen gratis.

Frau Minna Güntert in Unterhallau, Kt. Schaffhausen.
763]

**Jordan & Cie.**
60 Bahnhofstr. 60
**Zürich.**
Special-Geschäft für echte
**Loden**
engl. Cheviots — Covertcoat
Homespuns. [973
**Maassanfertigung.**
**Jaquette- und Taillen-Costume**
(Genre tailleur) **Mäntel.**
Annahme jeden Stoffes zur Verarbeitung.

**Trunksucht**

und deren Folgen werden briefl. schnell und billigst mit unschädlichen Mitteln nach eigener bewährter Methode geheilt. Keine Geheimmittel. Zahlreiche Dankschreiben von Geheilten liegen vor. [984
Adr.: **O. Mück, prakt. Arzt in Glarus.**

**Parketol** aus der Fabrik von **K. Braselmann, Höchst a. M.**, gesetzlich geschütztes, einziges Mittel für Parketböden, das **feuchtes Aufwischen** gestattet, Glanz gibt, ohne glatt zu sein, jahrelang hält, Linoleum konserviert und auffrischt. Wichsen und Blochen fällt ganz fort; geruchlos und sofort trocken. Prospekte und Zeugnisse zu Diensten. (H 6. 2153) [942
Generaldépôt für die Schweiz: **Lendi & Co., Zürich.**

**Gegen hartnäckigen Husten**

**Katarrh, Heiserkeit** und **Engbrüstigkeit** sind **Dr. J. J. Hohls Pektorinen** (Tabletten) ein vielbewährtes Hausmittel von gutem, altem Ruf. Mit Anweisung in Schachteln zu 80 Rp. und Fr. 1. 20 durch die Apotheken, ferner durch die in den Lokalblättern genannten Niederlagen. (H 1038 Q) [997

**Zahnarzt E. Andrae, med. dent.**
Platz HERISAU (Bazar Müller).
**Sprechstunden: vormittags 8—12½ Uhr, nachmittags 2—6 Uhr, Sonntags bis 3 Uhr.**
**Schmerzlose Behandlung aller Zahn- und Mundkrankheiten.**
**Plombieren. — Künstliche Zähne.**
Billige Preise.
NB. Empfehle mich noch speciell zur Behandlung von **Kindern,** welche an **schwerem Zahnen, Zahnpusten, Krämpfen, Convulsionen etc.** leiden, **bei sicherm Erfolg.** [1759

**Trunksucht-Heilung.**

632] Zu meiner Freude kann ich Ihnen mitteilen, dass ich durch Ihr unschädliches Verfahren von meiner Leidenschaft geheilt worden bin. Ich habe gar keine Lust mehr zum **Trinken,** befinde mich dadurch viel besser als vorher und habe auch ein besseres Aussehen. Aus Dankbarkeit bin ich gerne bereit, dies Zeugnis zu veröffentlichen und denjenigen, welche mich über meine Heilung befragen, Auskunft zu erteilen. Meine Heilung wird Aufsehen erregen, da ich als arger Trinker bekannt war. Es kennen mich gar viele Leute, und wird man sich allgemein verwundern, dass ich nicht mehr trinke. Ich werde Ihr briefliches Trunksucht-Heilverfahren, das leicht mit oder ohne Wissen angewandt werden kann, überall wo ich hinkomme, empfehlen. Sihlhallenstrasse 36, Zürich III, den 28. Dezember 1897. Albert Werndli. ☛ Zur Beglaubigung vorstehender Unterschrift des Herrn Albert Werndli dahier. Zürich III, den 28. Dezember 1897. Stadtammannamt Zürich III. Der Stadtammann: Wolfensberger, Stellvertr.
Adresse: **Privatpoliklinik Glarus,** Kirchstrasse 405, **Glarus.**

***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 Vorsteherin der thurgauischen Haushaltungsschule, auf Grund jahrelang 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.*** [843

**Diverse Präparate** für **Zahn-** und **Mundpflege,** fremder und eigener Provenienz.
Von hervorragender Qualität sind:

**Salodont** **Hausmanns**
**Zahnpasta**
**Zahncrême**

**Van Buskirts Zozodont**
Eau und poudre dentifrice
**Zahnpulver**
**Zahnbürsten, Zungenschaber**
**Mundpillen, Cachou.**

**Hecht-Apotheke**
Schweiz. Med.- u. Sanit.-Gesch. A.-G.
1119] **St. Gallen.**

**Berner Halblein**
stärkster, naturwollener Kleiderstoff
**Berner Leinwand**
zu Hemden, Tisch-, Hand-, Küchen- und Leintüchern bemustert **Walter Gygax,** Fabrikant, **Bleienbach** (Kt. Bern). [795

**GALACTINA**
Kindermehl.

Erhältlich in Apotheken, Droguerien und Spezereihandlungen. (H 389 Y) [890

# Wer an Asthma

(Luftmangel, Beklemmungen) leidet, erhält **umsonst** und portofrei die gesetzlich geschützten Eck's Asthma-Tafeln zum Probieren. Man schreibe seine Adresse p. Postkarte an: Apotheke **P. Hartmann, Steckborn** (Thurg.). [1050

**Damen-, Herren-, Knaben-**

**Homespun, Cheviots, Covercoat, Tuche etc.**
**Meterweise! Massanfertigung.** [917
**Feine Schneider-, eleg. Schneiderinnen-Arbeiten.**
Fertige Jaquette- u. Taillen-Costüme von 25 Fr. an.

## Bienenhonig vom Monte Generoso

à Fr. 1.80 per Kilo franco
**C. Cremonini,** Neg.
**Capolago-Generoso.** [743

# Papeterien

**à 2 Fr.**

enthaltend 100 Bogen feines **Briefpapier,** 100 **Couverts,** 1 Bleistift, 1 Federhalter, 1 Stange Siegellack, 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.**

***Reese's Backpulver***
f. Kuchen, Gugelhopf, Backwerk, etc.
*anerkannt vorzügl. Ersatz für Hefe.*
in Drogen-, Delikatess- u. Spezereihandlungen.
Fabrikniederlage bei **Carl F. Schmidt, Zürich.** 670

## Gesichtshaare

etc. entfernt unschädlich das **echte**
**Brünings Enthaarungspulver.**
Dose Mk. 2. — gegen Einsendung oder Nachnahme.
**C. Reisser, Frankfurt a. M.** P 25
(H 6. 1225) Neue Zeil 47. [881

**Kleiderfärberei, chemische Waschanstalt und Druckerei**
**C. A. Geipel in Basel.**
Prompte Ausführung der mir in Auftrag (H 51Q) gegebenen Effekten. [841

# Dank

barstes Ostergeschenk, besonders für Konfirmanden und Firmtöchter. Es sollen 12,000 Stück Taschenuhren, darunter die feinsten und teuersten, um jeden Preis noch schnell vor Ostern in Geld umgesetzt werden. Wir sind bevollmächtigt, diesen Auftrag auszuführen und versenden daher zu dem fabelhaft billigen, ja unglaublich klingenden Preis von nur Fr. 8. 95 eine echt silberne, hochfeine und solide Damen- oder Herren-Remontoir-Taschenuhr mit amtlichem Silberstempel 0,800, Marke Auerhahn (elegant mit Goldrand, reich graviert, Fr. 9.70 statt Fr. 22. —), bei Abnahme von mind. 2 Stück pro Sorte, einzelne 80 Cts. mehr. Dazu pass. vornehme Golddouble-Ketten Fr. 3—7. Garantie 2 J., jederzeit kostenfreie Instandsetzung ev. Umtausch bis zur vollsten Zufriedenheit. Niemand bietet dies und verkauft so billig, deshalb zögere man nicht u. bestelle schnellstens geg. Nachn. bei Engler & Co., Villa Salve, Kreuzlingen (Thurgau). [1060

# 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 Rekonvalescenz nach erschöpfenden Krankheiten, als Kraftnahrung stillender Mütter, ärztlicherseits wärmstens **glänzend begutachtet** durch eingehende empfohlen und wissenschaftliche Untersuchungen in der *III. medicinischen 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.*

**Neuartiges**

## Mako-Strick- u. Häkelgarn

Seidig, weich, ausserordentlich stark und haltbar. Erspart viel Flickarbeit. Angenehmes Verarbeiten und Tragen. Ein Versuch wird jedermann überraschen und befriedigen. (Zà 1491 g)

**Lang-Garn** mit **Seidenglanz** wird in zwei Stärken und 48 Farben erstellt und ist seit einem Jahr erprobt, in bereits 2000 Handlungen der Schweiz erhältlich. [996

**3-fach gezwirnte schwere**

# Etamin-Stoffe zu 50 Cts.

**per Meter in 52 cm, 65 Cts. in 62 cm, 80 Cts. in 72 cm, 95 Cts. in 105 cm, Fr. 1.20 in 125 cm und Fr. 1.50 in 145 cm Breite.**

Grösstes Lager
in
## Vorhang-Etamin und in Hardanger-Stoffen

**von 50 bis 170 cm Breite**

glatt und gemustert, weiss, crême, écru und farbig.
Ueber 150 verschiedene Qualitäten und Breiten. **Etamin-Borten (Zwischensätze)** mit Hand- oder Maschinen-Ajour für **Vorhänge** und **Bettdecken.**

**Vorhangstoffe** in allen in- und ausländischen Fabrikaten, weiss, crême, écru und farbig, abgepasst und Stückware in enormer Auswahl zu niedersten Preisen offeriert das

**Erste** Zürcher **Vorhang-Versand-Geschäft**
von
**Moser & Cie.** z. Trülle (vorm. J. Moser) **Zürich**
**69 Bahnhofstrasse 69.**

***Verlangen Sie gefl. Muster.***
(Adresse: **Moser & Cie., Zürich.**) [1020

## Nasenröte, Muskelrheumatismus.

Auf Ihre Anfrage hin ich teile Ihnen mit, dass es mir über Erwarten gut geht. Sowohl die **Nasenröte,** als auch der **Rheumatismus,** der mich besonders bei Witterungswechsel plagte, sind dank Ihrer eingehenden briefl. Behandlung verschwunden; auch die starken **Blutwallungen** nach dem Kopfe zeigen sich nicht mehr. Um der Heilung sicher zu sein, habe ich mit der Antwort eine Zeit lang gewartet. Werde es nicht unterlassen, meinen Bekannten von diesem Erfolge Kenntnis zu geben. Zürich III, Sägestr. 3, 28. Mai 1900. Frau Dubs-Fenner. Zur Beglaubigung vorst. Unterschrift der Frau Dubs-Fenner, Sägestr. 3, dahier. Zürich III, 28. Mai 1900. Stadtammannamt Zürich, Kreis III. Der Stadtam.: i. V. Temperlin. Substitut. Adresse: **Privatpoliklinik Glarus,** Kirchstr. 405, **Glarus.** [624

*Wir empfehlen unsere prächtig ausgestatteten*

## *Einbanddecken*

*als stets willkommene*

***Hübsche Gelegenheits-Geschenke***

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

*Prompter Versand per Nachnahme.*

844] *Verlag und Expedition.*

## Bienenhonig

feinsten schweizerischen Blütenhonig, 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.**

## Versäumen Sie nicht!!!

Lesen Sie **Rauschs Haarkur.** Das Haar, seine Pflege, Krankheiten und deren Heilung. Preis 70 Rp. Direkt von [989
**J. W. Rausch, Emmishofen.**

## Frauen- und Geschlechtskrankheiten, Periodenstörung, Gebärmutterleiden

werden schnell und billig (auch brieflich) ohne Berufsstörung unter strengster Diskretion geheilt von
**Dr. med. J. Häfliger**
840] **Ennenda.**

## Für 6 Franken

**versenden franko gegen Nachnahme**
**btto. 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen**
(ca. 60—70 leicht beschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [846
**Bergmann & Co.,** Wiedikon-Zürich.

## Ihre Freunde

verschaffte sich Rumpfs **BOR MILK SEIFE** nur durch die prompte Wirkung auf alle Hautunreinheiten, ihre durch eine wissenschaftl. Herstellungsmethode garantierte Milde und ihren erfrischenden Wohlgeruch. Per Stück à 70 Cts. in allen Apotheken, Droguerien und Coiffeurgeschäften erhältlich. [700

# Illustrierte Welt

Jährlich erscheinen 28 Hefte.
**Preis pro Heft nur 30 Pfennig.**

Romane — Novellen — Erzählungen — Humoresken — Zahlreiche allgemein verständlich geschriebene Artikel aus allen Wissensgebieten — Farbig illustrierte Aufsätze — Eine Fülle ein- und zweifeiliger 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.

# Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | Nr. 4. | April 1901

## Das Obst, eine gesunde Volksnahrung.

Die Gesundheit des Leibes ist des Menschen edelstes Gut; allerdings hängt von ihr auch die Gesundheit der Seele ab, indem bekanntlich nur in einem gesunden Leibe auch eine gesunde Seele wohnen kann. Wir sind es daher uns und den Unserigen geradezu schuldig, für die Erhaltung der körperlichen Gesundheit ernstlich besorgt zu sein. Der Obstgenuß nun ist ein wirksames Mittel zur Erhaltung derselben. Mancher behauptet vielleicht, auch ohne Obstkost sich einer guten Gesundheit erfreuen zu können; aber wir behaupten: zum rechten Wohlsein gelangen wir erst durch den Genuß des Obstes!

Wenn man an die riesigen Mengen Obst denkt, die letzten Herbst geerntet, versandt und eingekellert worden sind, so frägt man sich erstaunt, wie ein derartiger Verbrauch von Früchten überhaupt möglich ist. Und doch kommt man, wenn man den auf jeden Konsumenten entfallenden Anteil an diesem Verbrauch berechnet, zu dem Ergebnis, daß sicherlich doppelt, ja dreifach soviel Aepfel, Birnen, Pflaumen 2c. verkauft werden könnten, wenn Obst nur in dem Maße als Speise benützt würde, wie etwa die Kartoffel in einer besser gestellten Familie. Es wird viel zu wenig Obst gegessen. Jede Hausfrau weiß freilich gar gut, daß eine saftige Frucht zum Nachtisch und ein Näpfchen Kompott im Winter ein köstlicher Genuß sind. Aber verhältnismäßig nur wenige Hausfrauen sind je belehrt worden, daß sie im Obst auch ein hervorragendes Nähr- und Heilmittel besitzen, gesetzt, es sei ihnen etwa in einem Koch- und Haushaltungskurse beigebracht worden; würde die Hausfrau den Segen des Obstgenusses kennen, so würde sie wohl beständig einen Korb voll Früchte zur allgemeinen Benützung seitens der Familie bereit stellen und auch die Konserven nicht nur Sonntags als Leckerbissen dem Braten zuteilen.

Wie manche Mutter klagt nicht darüber, daß ihre Kinder keine

Farbe bekommen wollen, daß sie immer und ewig an Blutarmut leiden. Zehn Aerzte hat sie schon befragt und zehn Aerzte haben ihr zwanzig verschiedene Mixturen für die Kleinen verschrieben; aber alles umsonst, es ist eitle Hoffnung. Und dabei liegt das Mittel, das dem Blutmangel bei dauerndem Gebrauch gewiß abhilft, nur drunten im eignen Keller: das Obst. Also, ihr Hausfrauen und Mütter, spart nicht mit dem Obst auf euerer Speisekarte; dies ist heuriges Jahr bei der Billigkeit desselben ein unverzeihlicher Fehler. Womöglich jeden Tag setzt irgend eine Frucht auf den Tisch, und euere Kinder laßt nur Obst essen, soviel sie Lust haben.

Warum tragen wohl unsere Kinder fast ausnahmslos ein so lebhaftes Verlangen nach Obst- und Beerenfrüchten jeder Art, warum geben sie in der Regel dem mit Gelee bestrichenen Brote den Vorzug vor dem Butterbrote, und warum streifen die Größeren derselben hinaus in Wald und Feld, um an den wildwachsenden Beeren sich gütlich zu thun? Das instinktive Bedürfnis nach den in den Früchten enthaltenen Nähr- oder Blutsalzen, die besonders der jugendliche Körper dringend nötig hat, treibt sie hinaus. Kein anderes Nahrungsmittel enthält die mineralischen Nährstoffe, Kalk, Natron, Eisen, Phosphor, welche als Bau- und Heizstoffe für unsern Körper so wichtig sind, in so leicht verdaulicher Form, als Obst; daher die erfrischende Wirkung desselben auf unsern Organismus. Vermöge der im Obst enthaltenen Fruchtsäuren übt dasselbe auch einen wohlthätigen, anregenden Einfluß auf Magen und Darmkanal aus; dadurch wird die Verdauung befördert, der Stoffwechsel beschleunigt und der Ausscheidung abgenützter Stoffe Vorschub geleistet. Wie viele Krankheiten können somit durch den Obstgenuß bei Jung und Alt verhütet oder niedergedämpft werden. In keinem andern pflanzlichen Erzeugnisse der Erde ist nun speziell die dem menschlichen Gehirn so notwendige Phosphorsäure als leicht verdauliche Verbindung in solch großer Menge enthalten, als im Apfel. Sorgfältig ausgeführte Analysen haben ergeben, daß der Apfel eine weit größere Menge Phosphor enthält, als jede andere Baumfrucht und Gemüseart, und daher gerade der Apfel den geistig angestrengt arbeitenden und eine sitzende Lebensweise führenden Menschen zum Genuß um so mehr empfohlen werden kann, als er außer Phosphor auch noch jene Säuren enthält, welche gegen Schlaflosigkeit und Hautkrankheiten schützen. Es ist ja bekannt, daß große Dichter und Geister, wie Göthe, Schiller und andere, keine rechte Schaffensfreude besaßen, wenn sie nicht den Duft von Aepfeln in der Nase hatten.

Zu bemerken ist noch, daß allerdings gekochtes oder noch besser eingedünstetes Obst in größeren Mengen genossen werden kann, als

rohes, da es in letzterm Zustande Leuten mit etwas empfindlichem Magen Blähungen verursacht.

Auf alle Fälle aber gehört irgend eine Frucht in irgend welcher Form stets auf den Tisch und das verursacht ja nicht allzu viele Mehrkosten. Leicht kann dafür eine andere, vielleicht nicht so nötige Ausgabe unterlassen werden. (Schweiz. Zeitschr. f. Obst- u. Weinbau.)

---

## Der Nährwert des Zuckers.

Die wissenschaftliche Erkenntnis der zweckmäßigen Ernährung des Menschen hat in den letzten Jahrzehnten bedeutende Fortschritte gemacht — Fortschritte, die im praktischen Leben noch nicht so allgemein verwertet werden, als man es erwarten sollte. Es kommt dies teils daher, daß dieselben noch nicht genügend bekannt geworden sind, teils daher, daß gewisse alteingewurzelte Vorurteile ihrer Geltendmachung im Wege stehen. Zu den Stoffen, deren Nährwert bis jetzt allzusehr unterschätzt worden ist, gehört insbesondere der Zucker.

Unser Blut verlangt zu seiner Erhaltung alle diejenigen Stoffe, aus denen es selbst und unser ganzer Körper zusammengesetzt ist, also besonders Wasser, eiweißhaltige, fette, salzige, mehlige und zuckerhaltige Stoffe. Das Eiweiß, die Fette und die zuckerhaltigen Stoffe oder Kohlehydrate sind chemische Verbindungen, welche in unserm Körper unter Mitwirkung des Sauerstoffs der Luft, den wir durch die Athmung aufnehmen, in einfachere Verbindungen zerlegt werden.

Wenn der Stoffwechsel, d. h. die Aufnahme und Ausscheidung von Stoffen, in unserm Körper in entsprechender Weise vor sich gehen soll, so ist dazu ein gewisser Grad von Wärme (plus 30° R.) in demselben erforderlich. Diese Wärme wird durch die Nährstoffe bezw. ihre chemische Umwandlung erzeugt. Jene sind also gewissermaßen auch die Heizungsstoffe für den menschlichen Körper. Sind die zugeführten Brennstoffe, die Nahrungsmittel, verbraucht, so vermögen wir auch einen Teil der Körperstoffe selbst zur Heizung zu verwenden. Doch ist diese Thätigkeit eine beschränkte. Wird dann nicht rechtzeitig Ersatz für die verbrauchten Bestandteile des Organismus oder neues Heizungsmaterial herbeigeschafft, dann gerät unsere Körpermaschine in Stillstand: es tritt der Hungertod ein.

Die zuckerartigen Stoffe, auch Kohlehydrate genannt, welche als Bestandteile des menschlichen Körpers wenig in Betracht kommen, spielen als Nahrungsstoffe die bedeutendste Rolle, da sie nicht nur das wesentlichste Heizmaterial für die menschliche Maschine bilden, sondern

auch einen Reservestoff für Not und Krankheit liefern, indem unser Körper die Fähigkeit besitzt, überschüssige Kohlehydrate in Fett zu verwandeln. Hieraus eben ergibt sich, daß der Zucker neben seinem Werte als Genußmittel auch den weit höhern Wert als wesentlichen Nährstoff besitzt.

Gibt Zucker Wasser ab, so entsteht Glykogen, während durch Aufnahme von Wasser sich aus Glykogen leicht wieder Zucker bildet. Das Glykogen häuft sich nach jeder zuckerreichen Mahlzeit in der Leber an und kann von dort wieder in Zucker verwandelt an das Blut abgegeben und arbeitenden Organen, besonders den Muskeln zugeführt werden, um dort als Quelle der thätigen Kraft zu dienen. So bildet denn der Zucker auch eine wichtige Quelle der Muskelkraft.

Daß der Zucker gesunde Zähne verderbe und Magensäure verursache, ist eine ganz falsche Ansicht. Die weißen Zähne der Neger in den westindischen Zuckerkolonien, in denen viel Zuckersaft verzehrt wird, bekunden das Gegenteil. Auch haben die viel Zucker genießenden Engländer und Nordamerikaner bekanntlich weit bessere Zähne als die Franzosen und Deutschen, welche bis jetzt weniger Zucker zu sich nehmen, als jene. Von sachkundiger Seite wird sogar versichert, der Zucker trage zur Bildung und Erhaltung guter Zähne bei, indem er die Lösung des phosphorsauren Kalkes, des Bildungsmaterials für die Zähne unterstütze.

Was endlich das Vorurteil der Entstehung von Magensäure durch den Zucker betrifft, so kann bestimmt behauptet werden, daß reiner Zucker niemals saures Aufstoßen oder sauren Geschmack erzeugt. Wo diese sich zeigen, liegen jedenfalls andere Ursachen zu Grunde.

Das Uebermaß ist selbstverständlich beim Genusse von Zucker so gut wie bei dem aller anderen Nahrungsmittel zu vermeiden. Aber mehr und mehr wird die Ueberzeugung zum Durchbruch kommen, daß der Zucker in unserer täglichen Nahrung bei weitem mehr als bisher zur Verwendung kommen sollte.

---

## Rezepte.

### Erprobt und gut befunden.

**Englische Seezunge.** Zwei Seezungen im Gewichte von zusammen 2 Kilo werden ausgenommen, gehäutet, gut gesäubert, in fett gebutterte Backschüssel gelegt, mit Salz, weißem Pfeffer gewürzt, mit gewiegten Champignons, Schalotte und Petersilien bestreut und mit einer weißen mit Bouillon gekochten Coulis überfüllt. Mit geriebenem Parmesankäse bedeckt, mit kleinen Butterstückchen belegt, wird der Fisch im Ofen gebacken und serviert.

**Rehragout.** Hals, Brust und Schulterteile des Rehes legt man mit dem gespaltenen Kopf in gute Essigbeize. Beim Gebrauch füllt man diese zur Hälfte mit Fleischbrühe oder Wasser auf, kocht das Fleisch darin weich, macht dann mit braunem Buttermehl eine leicht gebundene Sauce, kocht diese, angenehm gesalzen und gepfeffert, samt dem Wurzelwerk und Gewürze der Beize gut aus, passiert sie durch ein Siebchen, verfeinert sie mit zwei Theelöffelchen „Maggi" und gießt sie über die Fleischbrühe.

*

**Gefüllte Tauben.** Auf 1 bis 2 Personen rechnet man 1 Taube. Nachdem diese gerupft und ausgenommen, werden sie flambiert und dressiert wir anderes Geflügel. Zur Fülle werden auf 4 Tauben 50 Gramm frische Butter schaumig gerührt, 2 bis 4 Eigelb, die verwiegte Leber samt Herz, sowie ein eingeweichtes, feinverwiegtes Milchbrötchen, 1 kleine gedünstete Zwiebel, Salz, eine kleine Prise Pfeffer, Muskatnuß und der Saft einer halben Citrone zugefügt, gut vermengt, in die inwendig mit Salz eingeriebenen Tauben eingefüllt und die Oeffnung zugenäht. Sie werden nun 1 bis 2 Minuten in siedende Fleischbrühe gegeben, damit sie schön aufgehen. Dann werden sie in heiße Butter, in die Bratpfanne gegeben, noch mit etwas feinem Salz und wenig Mehl bestreut und in 25 bis 30 Minuten im heißen Ofen hübsch gelb gebraten, wobei einige Eßlöffel heißes Wasser oder Fleischbrühe zugegoßen werden. Gekräftigt wird die Sauce mit einer Beigabe von Liebig's Fleischextrakt.

*

**Seefischspeise** (bei aller Einfachheit sehr wohlschmeckend). Man nimmt frische Butten und kocht sie nach dem Vorrichten in Salzwasser, löst sie dann aus Haut und Gräten und wiegt das Fischfleisch fein. 6 ganze Eier schlägt man schaumig, rührt 80 Gramm lauwarme Butter nebst Salz und Pfeffer darunter, vermengt das Fischfleisch damit und füllt die Masse in eine ausgestrichene Form. Im heißen Ofen bäckt man das Gericht 20 Minuten, röstet indes Brotscheiben, legt diese nebeneinander auf eine Schüssel und stürzt die Fischspeise beim Anrichten darauf.

*

**Schweinskotelette.** Zeitdauer 20 Minuten. Man schneidet nach Bedarf die Kotelettes aus einem nicht zu fetten Schweins-Carre, und zwar so dick, daß an jedem ein Rippenknochen sitzt, den man nach Belieben entweder kürzt oder zustutzt oder auch ganz auslösen kann. Mit der flachen Seite eines Hackmessers geklopft, werden die Koteletts mit Salz und Pfeffer bestreut und in zerlassener Butter auf raschem Feuer gar gemacht.

**Etwas über Pferdefleisch.** Es wird da und dort oft Pferdefleisch zum Verkaufe ausgeschrieben. Ein stark eingenistetes Vorurteil im Volke, dieses Fleisch sei schlecht und stark süßlich, bringt viele davon ab, es einmal mit Pferdefleisch zu probieren. Ist Kuhfleisch billig ausgeschrieben, so ist der Andrang der Käufer ein ungleich größerer, als bei Pferdefleisch, und doch ist junges Pferdefleisch weit mehr wert, als altes Kuhfleisch. — Das Pferdefleisch wird wie das Rindfleisch zu Suppe gekocht oder gebraten oder gedämpft. Zieht man dasselbe vor dem Gebrauch rasch durch kochendes Wasser (was so wie so gut ist, weil es dem Fleische die Poren sofort verschließt und ihm somit Kraft und Saft behält), so nimmt dieses Verfahren dem Pferdefleisch seinen eigenartig-süßlichen Geschmack. Das Pferdefett ist allerdings in der Küche nicht anwendbar.

*

**Ente auf französische Art.** Eine gut gemästete Ente wird von dem sogenannten Klein (Flügeln, Hals ꝛc.) befreit, ausgewaschen und die Leber beiseite gelegt. Ist die Ente gut gewaschen, so wird sie mit einem Tuche trocken gemacht, innen mit feinem Salz eingerieben, dann in einen Tigel gebracht, dessen Boden bereits mit einigen Speck- und Schinkenblättchen, einigen gelben Rübenblättchen, einer ganzen geschälten Zwiebel, 8—10 Pfefferkörnern und 2—3 Gewürznelken belegt wurde. Nun wird eine Tasse Wasser unter die Ente gegossen und letztere darin vollkommen weich gedämpft. Sollte die Brühe zu stark eindämpfen, so muß immer etwas Wasser hinzugegossen werden. Indessen schält man von einem paar Hände voll Kastanien (Maronen) die braune äußerste Schale, stößt sie in kochendes Wasser, das nach einigen Minuten abgeseiht wird, und löst nun auch die innere Haut der Kastanie leicht ab, worauf man sie in einem kleinen Tiegelchen mit einem Stückchen Butter, einem aufgehäuften Eßlöffel voll Staubzucker und 1/4 Ltr. Bouillon oder Wasser weich dämpft. Sodann macht man in einem weiteren Geschirr ein kleines, mittelbraunes Butter-Einbrenn, seiht darein den Entensaft und soviel heiße Suppe, bis unter fleißigem Umrühren eine dickliche Sauce geworden, gibt darein die weichgedämpften Kastanien samt ihrem Safte, etwas Citronengelb und die Ente und dünstet alles noch eine kleine halbe Stunde ab, dann wird die Ente in zierliche Stücke geschnitten, mit den Kastanien bestreut, etwas Sauce darunter gegossen und heiß aufgetragen. Die treffliche Sauce kommt in einer Schale hiezu auf den Tisch.

*

**Bisquit-Auflauf.** 70 Gramm Butter, 1 Obertasse Zucker, 4 ganze Eier, 2 Tassen Mehl, 1 Obertasse Milch, 1 Theelöffel Natron und 1 1/2 Theelöffel Cremortartari, dies alles verrührt man gut unter ein-

ander, gibt die Masse in die mit Butter ausgestrichene Form und läßt den Auflauf eine Stunde backen. Frisches, gekochtes Obst oder eine Fruchtsäure gehört dazu.

*

**Griespudding.** Für 8 bis 10 Personen. Zubereitungszeit: 1½ Stunden. ½ Kilogramm (1 Pfd.) Gries, 1½ Liter Milch, 125 Gramm Zucker, 125 Gramm Butter, etwas Salz, 12 Eier. Man rühre den Gries von hoch oben in die kochende Milch, füge dann auch Salz bei und nach Belieben mit Wasser geriebene Mandeln, koche dies so lange unter beständigen Rühren bis sich die Masse von der Pfanne löst. Dann rühre man die Butter schaumig, schaffe den Zucker darunter, dann nach und nach die Eigelb, menge alles unter den vollständig erkalteten Gries und füge zuletzt noch den festgeschwungenen Schnee der Eiweiß bei und backe oder koche ihn zu einer festen Masse.

*

**Bayrisch Kraut.** Nachdem das Kraut von den äußeren Blättern befreit ist, entfernt man die starken Rippen, hobelt oder schneidet es fein, vermischt es mit einem halben Löffel Salz, hierauf gibt man für 1 Krautkopf 65 Gramm Schweineschmalz oder Gansfett, röste etwas kleingeschnittene Zwiebel, einen Eßlöffel Zucker darin braun, gebe an das Kraut ein halbes Glas Weißwein, ebensoviel Essig dazu und dämpfe das Kraut unter öfterem Umrühren weich. Sollte der Saft ganz verdampft sein, gibt man einigemal etwas Fleischbrühe daran, 10 Minuten vor dem Anrichten streut man einen Kochlöffel voll Mehl darüber und läßt es noch gut durchdünsten.

*

**Teige.** Küchenpastetenteig. 1 halbes Kilogramm Mehl, 160 Gramm süße Butter, 2 schwache Kaffeelöffel voll Salz, 2 Deziliter frisches Wasser. Die Butter wirke man auf einen Teller, mit etwas Wasser begossen, bis sie weich und glatt ist, was im Sommer, wo ohnehin die Butter oft sehr weich ist, kann unterlassen werden. Dann lege man das gesiebte Mehl auf den Tisch oder Brett, mache in die Mitte desselben eine Vertiefung, in welche die Butter nebst Salz gelegt wird. Das Wasser schütte man nach und nach zu, indem man es anfangs mit einer Hand mit Butter und Mehl vermengt. Sobald es ein wenig vermengt ist, wirke man es mit beiden Händen zu einem zarten Teig, lasse denselben, ehe man ihn gebraucht, ¼ bis ½ Stunde ruhen, damit er beim Auswällen nicht zähe ist. Man kann in einen oder einige Tage in einer zugedeckten Schüssel an einem kühlen Ort aufbewahren. Hat man übrig gebliebenen Teig, den man gerne als Pastetenteig verwenden möchte, so kann etwas Butter hineingewirkt werden.

**Schnell zu bereitender Kaffeekuchen.** Vier ganze Eier werden mit einer Messerspitze voll Salz und 150 Gramm Zucker tüchtig verrührt, 200 Gramm etwas zerlassene Butter, 600 Gramm Mehl hinzugefügt, Weinstein und Natron, von jedem 10 Gramm, vorsichtig durchgemischt und das Ganze mit einem halben Liter lauer Milch verdünnt. Gleichmäßig auf dem Kuchenblech verteilt, bestreicht man den Teig mit zerlassener Butter oder einfacher mit Zuckerwasser, überstreut ihn mit einem Gemengsel von gehackten Mandeln, Zucker und Zimmt und läßt den Kuchen eine Viertelstunde backen.

*

**Zwiebelsauce.** (Bechamelle.) Zu 1/2 Liter Sauce wird 45 Gramm Butter steigend gemacht. Dazu kommen 60 Gramm fein blättrig geschnittene Zwiebeln und 30 Gramm fein geschnittener Schinken. Das alles zusammen wird gedämpft, bis die Zwiebeln weich sind. Dann streut man 30 Gramm Mehl dazu und dämpft alles zusammen bis zum gelblichen Anlaufen. Nun werden 2 Deziliter Rahm und 2 bis 3 Deziliter guter Fleischbrühe oder Schinkenbrühe (welche den Schinken entbehrlich macht) zugerührt und alles zusammen mit hinlänglich Salz und weißem Pfeffer unter stetem Umrühren so lange gekocht, bis die Sauce dicklich ist. Schließlich wird sie durchgesiebt und zu Fisch, Ragout und feinem Gemüse gegeben. Fastenbechamelle wird mit Milch statt mit Fleischbrühe bereitet.

*

**Brezeli.** 125 Gramm zerlassene Butter, 3 Eier, 140 Gr. Zucker, Mehl bis der Teig gewallt werden kann, Citronenschale oder Zimmet. Forme Kügelchen, die man im geölten Eisen bäckt.

*

**Basler-Zeltli.** 9 Eiweiß zu Schnee geschlagen, dazu 3/4 Kilogramm Zucker, 1/2 Kilogramm Mehl und etwas Bergamottöl wird gut durchgearbeitet, dann formt man Stengeli oder Plätzchen auf eingemehltes Blech und bäckt sie bei schwacher Hitze.

*

**Himbeer-Gebackenes.** 4 Eier werden mit 1 Pfund Zucker eine halbe Stunde gerührt, dann kommt 3/4 Pfund Mehl dazu und 4 Eßlöffel Himber-Gelee, setze Häufchen auf Oblaten und backe sie leicht im Ofen.

*

**Apfel-Compott.** Koche ein schönes Apfelmus, gieb es durch ein Sieb, in die gebutterte Auflaufform, dann schlage steifen Schnee von 2 Eiweiß, vermische ihn mit Zucker und grob gestoßenen Mandeln, lege die Masse auf die Aepfel und backe es im Ofen.

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