

**Zeitschrift:** Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis  
**Band:** 27 (1905)  
**Heft:** 28

## **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:** 05.01.2026

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

# Schweizer Frauen-Zeitung.

27. Jahrgang.

Organ für die Interessen der Frauenn Welt.

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

**Gratis-Hilfen:**  
 „Koch- und Haushaltungsschule“  
 erscheint am 1. Sonntag jeden Monats.  
 „Für die kleine Welt“  
 erscheint am 3. Sonntag jeden Monats.

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



St. Gallen

**Inhalt:** Gedicht: Liederseelen. — Mutter und Tochter. — Die Pyre unserer Lehrmeisterin. — Pariser Sittenbilder. — Eine Liga der Käfer. — Die Schulstrafen in früheren Zeiten. — Sprechsaal. — Feuilleton: Sich selbst getreu.

**Beilage:** Gedicht: Einst wirst du schlummern. — Kampf der Lüge. — Obstverwertungskurs für Frauen. — Keine „roten Räfen“ mehr. — Ein Zwergenhotel. — Briefkasten. — Reklamen und Inserate.

Motto: Immer strebe zum Gänzen, und sonst du selber kein Gänze  
Werde, sie bleibest stets halb klein an ein Gänze dich aus!

\*\*\*\*\*

**Liederseelen.**

Zu der Nacht, die die Bäume mit Blüten deckt,  
Ward ich von süßen Gespenstern erschreckt,  
Ein Neigen schwang im Garten sich,  
Den ich mit leisem Fuß beschlich;  
Wie zarter Elfen Chor im Ring  
Ein weißer, lebendiger Schimmer ging.  
Die Schenen hab' ich fast befragt:  
Wer sind Ihr lustige Weten? Sagt?

„Ich bin ein Wölkchen, gespiegelt im See.“  
„Ich bin eine Reihe Stufen im Schnee.“  
„Ich bin ein Seufzer gen Himmel empor!“  
„Ich bin ein Geheimnis, geflüstert ins Ohr.“  
„Ich bin ein frömmes, gestorbenes Kind.“  
„Ich bin ein üppiges Blumengewind.“  
„Und die du wählt, und der's beschied  
Die Kunst der Stunde, die wird ein Lied.“

Conrad Ferdinand Meyer.

**Mutter und Tochter.**

Eine junge Dame steht vor uns, das Töchterchen ist erwachsen. Eine Mutter sollte das bekannte Sprichwort so wandeln können, daß es hieße: „kleine Kinder, kleine Freuden, große Kinder, große Freuden.“ Was kann es Schöneres geben, als die Freude der Mutter an der erwachsenen Tochter. Freilich wer Wind gesetzt hat, wird jetzt Sturm ernten. Der junge Mensch fühlt sich als Individuum und strebt nach Selbstständigkeit und Freiheit. Nicht so leicht wird die Erzieherin zur Freundin.

Zunächst freilich muß das junge Pflänzchen noch umhängt werden. Es stürmen so viel neue Eindrücke auf das junge Wesen ein, denen es voller Sehnsucht und voller — Unverständ gegeben versteht. Da heißt es, mit Liebe umzuhüllen. Nicht gleich darf ein Strudel von geselligen Vergnügen das weder geistig noch körperlich voll reife Mädchen nach der Erziehung erlösen und ermüden. In der größeren Freiheit der Thätigkeit spreche sich das Erwachsensein aus. Lieblingsstudien, die auf vorhandenen Gaben beruhen, auch wenn es keine Bücherstudien sind, sollen jetzt ausgedehnter und gründlicher betrieben werden. Talente, die man ja nun kennt, bilden weiter, aber keine elende Stümperei, nicht

malen, weil alle malen, nicht klippern, weil alle klippern, Sprachen soll man üben. Alles können ist Besitz. Die praktische Thätigkeit darf, vom Schulzwang befreit, mehr Raum einnehmen. Fast jedes junge Mädchen wird gern kochen lernen. Auch für die vornehmste, reichste Hausfrau ist es wertvoll, sachverständig ihren Dienstboten gegenüber zu stehen. Zwei meiner Bekannten waren in einem primitiven Seebad mit ihren Kindern geraten. Die eine kochte, weil es kein Restaurant gab, selbst, und lud die andere ein, die keine Ahnung vom Kochen hatte und mit ihren Kindern bei der groben, schlechten Fischkost hungrerte. Auch seine Köchinnen merken bald, ob die Gnädige etwas versteht, oder ob sie nicht ahnt, was verbraucht werden kann. Also kochen lernen! Ferner schneidern und gut nähen lernen. Der immer steigende Toilettenluxus aller besten Gesellschaftskreise macht sich viel weniger schmerlich fühlbar, wenn eine Dame selbst angeben, anwenden und aufarbeiten kann, da genügt oft eine einfache Hausschneiderin zur Hilfe, und die Schneiderrechnung wird viel kleiner. Kinderkleider selbst zu arbeiten, ist außerdem ein Vergnügen. Puzzachen ist, wenn Talent vorhanden, auch nützlich. Aber alle diese Dinge am besten in der Hause selbst lernen. Geht das nicht, so bleibe die Mutter doch so viel als möglich der Tochter zur Seite, jedenfalls erkunde sie sorgfältig, ob das junge Mädchen das betreffende Haus, die betreffenden Lehrmeister oder Meisterinnen ohne Gefahr, schädlichen Einflüssen ausgesetzt zu sein, befürchten kann. Aus Mangel an Sorgfalt in dieser Richtung ist manch junges Mädchen traurig untergegangen.

Ohne Zweifel entsteht der Sport aus einem gefundenen Triebe zur Stärkung und Abhärtung des Körpers. Aber ein geistreicher Franzose sagt in seinen Briefen an ein junges Mädchen mit Bezug auf den Sport: Le muscle est et doit rester l'humble serviteur de la tête, d. h. die Muskeln sind und sollen bleiben die demütigen Diener des Kopfes. Das Überstreichen des Sportes verflacht. Wer seinen Tag mit den körperlichen Übungen ausfüllt, behält keine Zeit für die Weiterbildung seines Geistes, aber Gleichgewicht ist in allen Beziehungen nötig, um den Kopf oben zu behalten.

Die Lektüre ist eine andere wichtige Frage. Die Überängstlichkeit früherer Zeiten hat einer völligen Schrankenlosigkeit Platz gemacht. Und wenn meine Mutter mir erzählte, daß sie im Apfelbaum verborgen Goethes Wahlverwandtschaften gelesen habe, die ihr verboten waren, so wird das nicht der einzige Fall gewesen sein,

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

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

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

Sonntag, 9. Juli.

wo zu großer Zwang sich durch Heimlichkeit rächt. Aber sollte ein im besten Fall unreifes Mädchen von sechzehn bis achtzehn Jahren, das noch dazu nervös, etwas phantastisch, leidenschaftlich oder aufgeregzt veranlagt sein kann, ohne Schaden alle jene modernen, die Sinne aufreibenden, alle Schleier fortziehenden, oft so unklaren und unreinlichen Bücher mit der ganzen Lesewur ihrer Jahre verschlingen können ohne geistige Indigestion? Ich bezweifle es. Der vorerwähnte Franzose sagt, man soll ein junges Mädchen in dieser Hinsicht unter sein eigenes Gewissen stellen. Findet sie eine Sünde beim Lesen, die sie beunruhigt, so soll sie darüber mit der Mutter oder einer Vertrauensperson sprechen. Weist ihr Empfinden ein Buch ab, so soll sie nichts mehr von dem Autor lesen.

Ja, wenn nur solche Bücher nicht so spannend wären! Und das Fortlegen? Wer glaubt daran?

Gewiß soll man hier, wie überall seine Tochter unter ihr Gewissen stellen, aber man soll sie auch nicht in Versuchung führen.

Zu hübsche, gute und ansprechende Bücher selbst auswählen, mit ihr lesen oder doch das Gelehrte besprechen. Weder zu ängstlich, noch ohne Wahl und Schranken zu Werke gehen. Hiermit zusammenhängend ist die Behandlung der natürlichen Dinge. Es ist falsch, ein junges Mädchen ganz weltdumm und unwissend in diesen Dingen zu lassen. Alles Natürliche soll man natürlich behandeln, weder mit heimlicher Lüterheit, noch mit starrer Prüderie, das gesunde Gefühl leitet am besten.

Auf gute, seine Formen, Höflichkeit, namentlich gegen das Alter, Bescheidenheit, muß auch jetzt noch besonders von der Mutter gewirkt werden, denn ein geschliffener Edelstein strahlt immer mehr Licht aus, als ein ungechliffener.

Es kommen nun die ersten Verlobungen mit der Männerwelt. Unsere ganze Gesellschaft hat in dieser Hinsicht etwas Krüppelhaftes. In den höheren Kreisen ist ein unbefangener Verkehr der beiden Geschlechter fast unmöglich. Sofort bemächtigt sich der Kälte eines Verhältnisses, das irgendwelche Vertraulichkeit zeigt. Die Folge davon ist, daß unsere Bälle und Gesellschaften gewissermaßen die Heiratsmärkte sind, wo Jahr für Jahr die jungen Mädchen der Herrenwelt im Schmuck der Balltoiletten, im Glanze der Kerzen vorgeführt werden, wo dann, oft nach sehr oberflächlicher Bekanntheit, die Verlobungen sich anbahnen. Meine Mutter pflegte zu sagen: Wer heiratet, greift in einen Sack voll Schlangen, in dem ein einziger Alal ist. Dieser draufstiche

Bergleich wurzelt eben in der Oberflächlichkeit der Bekanntheit vor der Ehe. Ich hoffe und glaube, daß hier schon die nächste Zukunft Wandel schaffen wird. — Vor allen Dingen soll eine Mutter bestrebt sein, sich das Vertrauen ihrer Tochter gerade in bezug auf ihren Verkehr mit den Männern voll zu erhalten. Da können Freundschaften oft so viel Unheil anrichten. Ich habe meiner Tochter die Warnung mit auf den Weg gegeben, Herzensangelegenheiten niemals mit ihren Freundinnen zu besprechen. Zu mir kam sie mit allem, was ihr Herz bewegte, und ganz zwanglos, das mußte sie, durfte sie alle diese Dinge mit mir bereden. — Dabei ist es zweifellos richtig, nicht zu viel Gewicht auf kleine Courmachereien zu legen, und je harmloser ein Mädchen ist, je mehr Freude wird sie an der Geselligkeit haben. In dieser ersten Zeit müssen die Eltern, besonders die Mütter, dem unerfahrenen Kinde leitend und bestimmend zur Seite stehen. Annäherungen, die ausichtslos sind und nur Herzschlag verursachen können, Männer, die aus irgend einem Grunde abgewiesen werden müssen, können durch eine kluge Mutter von vornherein fern gehalten werden. Und selbst bei einem Heiratsantrag muß in diesen ersten Jugendjahren das Urteil der Eltern, auch wenn es der Neigung des Kindes widerpricht, maßgebend sein. Doch davon und von der modernen Neigung der Frau, einen bestimmten Beruf zu ergreifen, im folgenden Abschnitt. H. K.

## Die Hitze — unsere Lehrmeisterin.

"Nun ist's doch des Guten alzuviel," klagen auch diejenigen sonst zufriedenen Seelen, die sich in alles zu schicken und allem die guten Seiten abzugewinnen wissen. "Eine solche unerhörte Hitze bringt auch dem Ruhigsten das Blut in Wallung," so hört man gegenwärtig hie und da diejenigen klagen, die sonst der Sonne und der Wärme kaum genug bekommen können.

Und die jeder Wasserprozedur aus Furcht vor Erkältung oder aus Vorurteil sonst abhold sind, die lernen das fühlende und erquickende Nass jetzt schätzen, und manch einer, der die Wohlthat dankbar empfindet, wird sich dieselbe auch später sichern, wenn die Temperatur wieder erträglich geworden ist.

Interessant ist es zu beobachten, wie bei der allgemeinen Klage so wenig gethan wird, um der Hitzeplage möglichst wirksam zu begegnen, z. B. in Nahrung und Kleidung.

Diejenige Hausfrau, die in diesen heißen Tagen den Küchenzettel nicht entsprechend ändert, gefährdet die Gesundheit ihrer Angehörigen schwer. An Stelle von Fleisch, das bei dieser Temperatur bei allen Vorichtsmäßigkeiten nicht tadellos frisch zu erhalten ist, sollen grüne Gemüse und Früchte treten, die in abwechselnder Form reichlich auf den Tisch zu bringen sind. Manche Hausfrau unterläßt dies aus Sparamkeitsrücksichten. Sie scheint nicht daran zu denken, daß die Früchte, so teuer sie auch sind, sich immer noch billiger stellen, als Fleisch. Auch fühlender Salat sollte auf keinem Tische fehlen; nur ist daran zu denken, daß der Eßsaal von bester Qualität, also Weinigig sein muß, wenn er nicht ganz durch Zitronensaft ersezt wird. Scharfgewürzte Speisen und alles Schwerverdauliche ist zu meiden.

Überhaupt ist auch quantitativ die Nahrungs-aufnahme zu beschränken.

Die sorgliche Hausfrau wird ihr Augenmerk auch darauf richten, daß sich möglichst wenig Speisereste ergeben, weil die Verzehrung außerordentlich rasch vor sich geht, und dadurch entstehende Gesundheitsstörungen fast unausweichlich sind.

Der peinlichsten Reinlichkeit in Küche und Speisekammer muß die Hausfrau sich jetzt befreien. Die Küchen- und Eßgeräte sind ängstlich rein zu halten, denn der minimale Rückstand von Speisen an den Geräten geht rasch in Gährung über, verbreitet das frisch zur Zubereitung gekommene und kann unheilbare Schädigungen anstreben.

Man denkt nur an die Hauptnahrung der kleinen und Kleinsten, an die Milch. Die meisten, oft so verhängnisvoll verlaufenden Brech-

durchfälle werden durch den Genuss von ange säuerter Milch hervorgerufen. Die Mutter und Pflegerin kann daher in Beaufsichtigung aller Prozeduren, welche die Milch vom Gute der Kuh weg bis zum Munde des Kindes durchmacht, kaum zu genau sein. Am besten übernimmt sie diese Arbeiten selbst, dann kann sie ruhig sein.

Auch in der Kleidung berücksichtigt man die außergewöhnlich hohe Temperatur viel zu wenig. Zwar im Hause macht sich ein Feder, der es thun kann, möglichst bequem; für den Aufenthalt außer dem Hause dagegen, wird das denkbare Widerstumme gethan. Werfen wir nur einen Blick auf die Männer, die im Sonnenbrand der Mittagszeit auf den Straßen geben:

Breithart gesteifte, Halsseile ähnliche Hemdtragen und ebensolche Brustteile und Stulpen! Schon dies ganz allein wäre genügend, um den Gesundheitslehrer zum energischen Einschreiten zu veranlassen. Man denkt viel zu wenig daran, daß ein gestärktes, glänzend glatt gebügeltes Kleidungsstück die freie Zirkulation der Körperauskühlungsstoffe vollständig hemmt. Und zu der Schädlichkeit dieses aller Verunsicherung ins Gesicht schlagenten Prunk-Unterkleidungsstückes kommt noch die Tuch-Oberkleidung, die bei der Großzahl der arbeitenden Männer bei jeder Temperatur die gleiche ist.

Es ist ganz unbegreiflich, warum die Männer gegen das Tragen des gestärkten Hemdes mit den brettartigen hohen Kragen und Stulpen während der sommerlichen Hitze nicht schon längst sich aufgelehnt haben. Ein gut durchlässiges Hemd aus geeignetem Stoff ohne gesteiften Kragen würde unsere Männer nicht um ein Jota weniger repräsentationsfähig machen.

Freilich steht es den Damen ganz schlecht an, den Männern unzweckmäßige Kleidung und kleinliche Begriffe von dem, was sich thut, vorzuhalten, so lange sie durch das ebenfalls breithart gesteifte Korsett den ganzen Rumpf gleichsam in eine undurchlässige Kartonschachtel zwängen und sehr oft darüber noch eine gesteifte Taille anlegen. Kein Wunder, wenn sie dann so erzögpt werden, daß Ohnmachten und sonstige üble Zustände sie heimsuchen.

Gewiß, manchmal wird die ungewohnte Hitze eine gute Lehrmeisterin sein, so daß sie für die Zukunft einen nachhaltigen Nutzen daraus ziehen.

Unbelehrbare gibt es aber immer in großer Menge, die bei jeder derartigen Verbesserung zwar sagen: "Ja, schön und gut und darum wünschenswert wäre es ja schön, aber was würden die Leute sagen; ich will mich der Kritik der lieben Nächsten nicht aussetzen und mich unter der Crème der Gesellschaft unmöglich machen."

Diese muß man eben ihrem engen Horizont, den Unbildern der Hitze und der Einwirkung der Zeit überlassen.

## Pariser Sittenbilder.

Von Zeit zu Zeit tauchen in der Pariser Presse Mitteilungen auf, welche mit pittoresken Überschriften versehen sind, wie: "Die Geheimnisse eines Damen-schneiders", "Die Leibwache der Mlle. Hading", "Der Diamantenriegel der beiden Divas" oder "Hinter den Couetten eines Café chantant". Alle diese Artikel verfolgen den einen gemeinsamen Zweck, für die beteiligten Personen, Damen der grossen Welt oder Künstlerinnen, — Reklame zu machen.

Meistens sind es Artistinnen, welche in dieser Weise den Gesprächsstoff von "tout Paris" liefern — große und kleine, wirkliche und "Scheinkünstlerinnen", von Sarah Bernhardt angefangen bis herab zur simplen Statistik, die man aus "Geschäftsinteressen" Charakterrollen spielen läßt, wenn sie nur den Vorzug hat, eine schöne Figur zu besitzen... Das wäre an sich nichts Erstaunliches in einer Stadt, wo die Reklame blüht wie nirgends auf der Welt, selbst in Amerika nicht, und wo ein großer Teil der Preise regelmäßige Einnahmen aus diesen teuer bezahlten "fautes diverses" zieht. Selbst wenn Zutaten eisefülliger Liebhaberinnen oder Zivilisten unbezahlt Modistinnen und Juweliere vor Gericht kommen, sind sie oft läunisch herbeigeführt, d. h. die beteiligte Künstlerin hat sich mit aller Absicht verklagen lassen, läßt nun ein paar Termine vergeben, sonst in der Zwischenzeit dafür, daß ihr "Roman" haarklein in allen Blättern erzählt wird — und die Reklame ist fertig; sie hat inzwischen ihren Gläubiger befriedigt, denn in Wirklichkeit hatte sie nie die Absicht, es nicht zu thun. Zuweilen sind auch selbst Privatlagen — angebliche Insulten oder Intrigen — zweier "Rivalinnen" (die tatsächlich die besten Freundinnen oder wenigstens gute Kame-

radinnen sind), nur Scheinmanöver, vorher haarklein verabredet und dazu berechnet, die Aufmerksamkeit der Pariser Lebewelt auf sich zu ziehen.

Doch es sich aber auch in einzelnen Fällen um ernsthafte Rivalinnen handelt, zeigte vor einiger Zeit ein Prozeß vor der zehnten Strafkammer, den eine Mlle. Ménard gegen ihre Kollegin Mlle. Bernard angestrengt hatte. Die letztere wurde zu zwei Monaten Gefängnis verurteilt, weil sie aus Eifersucht Mlle. Ménard, als diese eines Morgens noch im Bett lag, überfallen, mit einem Knüppel bearbeitet und der Unglücksgefallen obendrein noch eine hässliche Flüssigkeit ins Gesicht gegossen hatte. Glücklicherweise wurde die Überfallene nur leicht verletzt. Beide Prozeßgegnerinnen figurierten vor Gericht als "Artistes lyriques". Die Bernard hatte sich dafür rächen wollen, daß Mlle. Ménard ihr einen Liebhaber weggeschleppt habe...

Was sind Artistes lyriques? Lyrische Sängerinnen? Keineswegs! Künstlerinnen überhaupt? Mit nichts! — Was denn!? wird man ungeduldig fragen.

Gemach, geneigte Leserin! Die Spezies der "A. l.", die man anderswo noch nicht kennt, ist in "Sine-Babylon auch noch jungen Datums; sie existiert eigentlich erst seit einigen Jahren, erzeugt aus dem Erfindungsgeist "dieser Damen".

Ich könnte sie bequemerweise mit dem in Deutschland gebräuchlichen Namen "Tingeltangleusen" belegen — aber das ist nicht die zutreffende Bezeichnung für diese Damen. Die Pariser Artistes lyriques stehen ihrer sozialen Stellung nach ein wenig höher als ihre deutschen Berufs- und Leidenschaften, mit denen sich eine Bürgersfrau nicht an denselben Tisch setzt; sie sind für die Welt kleine Schaupielerinnen, Konzert-sängerinnen, kurzum Mitglieder des "Theater-Konzert" eines Mitteldinges zwischen dem großen Theater und der Spezialitätenbühne — junge, meistens schöne Gesichter, welche in dem Eldorado des Vergnügens und der Gemüthsrauschen eine bedeutende Rolle spielen, denn es gibt ihrer heute wohl schon an sechshundert, oder auch mehr.

Diese "Theater-Konzerte", in denen das Entrée 1—5 Fr. beträgt, teils "avec consommation", mehr aber neuerdings ohne Gratissverabreichung von Getränken, sind seit einigen Jahren in jedem Aufblühen begriffen und es existieren deren schon mehr als ein halbes Hundert. Zu ihren Spezialitäten, meistens während der ersten Monate im Jahre, gehört die Aufführung der "Revue", einer eigenartigen Gattung Großstadtbilder, mit welcher das deutsch-englische Ausstattungstück am meiste Ähnlichkeit hat, die aber nicht die deutsche Pracht entfalten, im übrigen aber etwas ganz Anderes bieten, als das in Bildern geteilte Volksstück oder das Ausstellungstück selbst: die Revue gesellt die sozialen Schäden der Weltstadt Paris, politische und kommunale Sünden — Fehler von Dingen und Zuständen, wie sie am Ende jede Großstadt aufweist, wie sie aber nirgends auf dem Erdwall so offenbar und mit mehr Freiheit bloßgelegt und an den Pranger gesetzt werden, als gerade in dem republikanischen Paris.

Die Theaterfreiheit in Mimik, Wort und Bild, ja nicht selten sogar die Sote in der Darstellung, geht so weit, daß sie selbst die Schattenfeinden des Theaterwesens nicht verschont und in unbarmherziger Selbstkritik Dinge und Personen trifft, deren Darstellung in Deutschland die Polizei einfach verbieten und die Gerichte verfolgen würden. Gerade das aber lieben die Pariser. Darum läuft das Volk selbst in die Baudhäuser, um das nötige Geld, darbend im Haushalt, in zweitklassiges Vergnügen umzugehen... Darum gab es keine Kinder mehr in Paris, die mit 10 Jahren so "reif" sind, wie es der Konfirmand bei uns ist; lernt man doch auf dem Gymnasium schon Philosophie, und die übrige Lebensweisheit in den "Concert-Spectacles"! Da die Theater-Konzerte nun aber einmal mehr, als die Pariser Preise es thut, gewisse Dinge den wahren Namen nennen — so u. a. muß Clara Ward, Gr-Prinzessin von China es sich gefallen lassen, daß ihr "Zigeuner" für die öffentliche Bloßstellung ihrer körperlichen Reize, nach Art der italienischen Lazaroni und Fremdenführern hohes Entrée einsackt — so haben sie ein großes Publikum für sich und auch an Wochenenden stets volle Kassen.

Die Artistes lyriques werden nun in diesen "Revues" und auch in anderen Stücken zu kleinen Rollen vermeidet und deshalb führen sie ihren Namen; der Revue voraus gehen gewöhnlich Einzelvorträge, in denen ohne Ausnahme sämtliche Schauspielkräfte, selbst die besten, gleich den Artisten der deutschen Spezialitätenbühne, einer nach dem andern mit den Vorträgen der Artistes lyriques wetteifern, und zwar meistens im bloßen Gesangsvortrag; singt doch in Paris all und jeder, der — seine Stimme hat — wie dürften sich da die Schauspieler ausschließen! Durch diese Vorträge sind die "A. l." mit den wirklichen Künstlern auf eine Stufe gestellt und deshalb zählen sie sich ebenfalls zu den "Künstlern".

In Wirklichkeit sind sie — weiße Sklavinnen; denn sie erhalten nicht nur — im Gegensatz zu den wirklichen Schauspielern — keine Gage, sondern sie bezahlen dem Theaterdirektor noch obendrein eine Summe, welche monatlich zwischen 50 und 200 Frs. schwanken soll, die Vergnügsung, ihre Reize vor einem großen Publikum von der Bühne aus — darin liegt der Reiz — ausstellen zu dürfen... Denn um eine Schaustellung der körperlichen Reize, und das in der unverhülltesten Form, handelt es sich in hundert Fällen 95 Mal; von Talent oder von Kunst keine Spur! Dass diese Artistes lyriques aber dennoch und die Theaterdirektoren erst recht — auf ihre Rech-

nung kommen, zeigt das Blühen der Theater-Concerte und der — Andrang der Artistes lyriques an die Directoren dieser Art Bühnen, die unter den schönsten Mädchen nur zu wählen brauchen, natürlich meistens die bestzahlenden, da diese bereits beginnen, einander zu überbieten . . . Es sollen in dieser Beziehung unlängst recht amüsante Szenen in den Bureauz der Theateragenten und Directoren vorgekommen sein. Daß die Artistes lyriques ihrerseits wieder eine ziemlich große Auswahl unter ihren Anbetern haben, zeigen ihre Eiquagen, ihre Robüme und Diamanten, ihre Reisen nach Nizza und Monte Carlo — kurzum mit dem raffiniertesten Geschmack in Bezug auf Farbe und Luxus ausgewählten Toiletten, wie ihre ganze Ausführung.

Nichts zieht in Paris die Lebewelt so sehr an, als die Künstlerinnen, welcher Art sie auch seien. Man kann daher den Wert ermessen, den diese Artistes lyriques auf die Türe eines Bereichers legen, wenn diefer, wie es nicht selten der Fall ist, zufällig eine Million Frs., oder mehr, im Besitz hat; gibt es doch nirgends auf der Welt, selbst London eingeschlossen, so viele reiche Lebemänner, welche in Paris mit Maitressen ihr Geld verzeihen, oder richtiger vergeuden . . . gibt es doch nirgends — außer in London, so viel Liebhaber von Excentricitäten aller Art, passionierte und nicht passionierte Genümsmenschen, welche jahraus, jahrein Hunderdttausende zur Verfeidigung ihrer persönlichen Bedürfnisse ausgeben und die sich sogar eigne kleine Theater in ihren Hotels eingerichtet haben. Nirgends aber auch wollen die Kunst und die Künstlerinnen so den Wäcen unterstützen sein, wie gerade in Paris, wo fremde Fürsten und selbst Souveräne sich zuweilen ein Rendez-vous „hinter den Coulissen“ geben, natürlich nicht in einem öffentlichen Theater oder in einem öffentlichen Cirkus, sondern eben in Privatcirteln in Separat-Vorstellungen, wie z. B. der Vicomte Morier sich gestalten kann, der einen eigenen Cirkus unterhält und von Zeit zu Zeit die schönen Kunstreiterinnen der Welt zu sich lädt. Ich fragte, die Artistes lyriques befögen an den Theatern keine Gagen. Einnahmen — außer der Pension ihrer Anbeter — haben sie dennoch: einen gewissen nach Prozenten berechneten Anteil aus den täglichen Champagner-Soupers in den Theater-Restaurants, mit welchen sich die ihrerseits wieder aufeinander eiserfüchtigen Theater-Habitués zu „übertrumpfen“ lieben, sobald es sich um die Gewinnung einer Novize handelt — Soupers, bei welchen Theaterdirektor und Wirt in wohlverstandem Interesse und nach bestimmt stipulierten gegen seitigen Konzessionen einander in die Hände arbeiten; oder Einnahmen aus dem Wiederverkauf aller der räder großen Bouquets, welche den Artistinnen allabendlich auf die Bühnen geworfen werden und die am dritten Tage (forsam gehalten) an — Unterhändler mit Blumen wieder verkauft werden. Freilich kommt es auch vor, daß eine bereits genügend „gemachte“ Artistin eines Tages zu Stolz geworden ist, um noch länger für den Wirt zu „arbeiten“; dann wirkt sie „Director“ und Wirt eines Morgens die „Rolle“ vor die Füße, um mit „Monsieur“ ein paar Monate nach dem Süden zu gehen, oder auch, um an einem anderen, vornehmern Theater den modernen Sklavendienst vor Neuen zu beginnen . . . Es ist gut, daß diese Dinge zuweilen ihres Schleiers entkleidet werden, mit dem die Beteiligten bestellt sind, sie vor der Welt zu verhüllen.

H. R.

## Eine Liga der Käufer.

Seit November 1902 besteht in Paris eine „soziale Liga der Käufer“, deren Mitglieder verschiedenen Gesellschaftsschichten, politischen und religiösen Kreisen angehören. Ihre Bestrebungen ergeben sich aus den folgenden Statuten, zu deren Beobachtung ihre Anhänger sich verpflichten: 1. Niemals eine Befriedlung machen, ohne sich zu erkundigen, ob sie nicht Nach- oder Sonntagsarbeit veranlassen könnte. 2. Immer vermeiden, keine Befriedungen im letzten Augenblick zu machen. 3. Jede Lieferung nach 7 Uhr abends und am Sonntag ablehnen, um nicht indirekt für eine Verlängerung des Arbeitstages der Austräger, Angestellten oder Lehrlinge beiderlei Geschlechts verantwortlich zu sein. 4. Seine Rechnungen regelmäßig und pünktlich bezahlen. Als Gegenleistung verlangt die Liga von den Geschäftsstellen, daß sie 1. in gewöhnlichen Zeiten nicht über 7 Uhr abends und in Zeiten des größten Dranges nicht über 9 Uhr hinaus arbeiten lassen; 2. den Arbeitern keine Arbeit mitgeben, die sie im Nachtwachen fertig machen müssen; 3. nicht am Sonntag arbeiten lassen. Dafür macht die Liga den Geschäftsstellen, die darauf eingehen, eine Gratisreklame, indem sie ihre Namen auf eine „weiße Liste“ fest und diese in ihrem Bekanntenkreise verbreitet. Die erste derartige Liste wurde im April 1903 aufgesetzt und enthielt die Namen von 7 Schneiderinnen und 2 Pizzmacherinnen. Heute umfaßt sie bereits 30 Namen, unter denen sich auch Schneider und Korsettmacherrinnen befinden. Es handelt sich natürlich vor allem darum, der Ausbeutung der Arbeitskräfte im Luxusgewerbe zu steuern, das so sehr von der Laune und Willkür derer abhängig ist, die selbst nicht arbeiten.

## Die Schulstrafen in früheren Zeiten.

In der guten alten Zeit war die Hand recht lose, Geißel und Rute herrschten in den Schulen unbestritten. Ein Wandbild in Pompeji stellt mit einer Deutlichkeit, die nichts zu wünschen übrig läßt, die feierliche Züchtigung eines widerpenitenten Schülers dar. Der Delinquent, der nur mit einem dünnen Gurt bekleidet ist, wird von zwei Kameraden

gehalten. Einer trägt ihn auf dem Rücken, sodas der befondre bedrohte Körperteil hervortritt, der andere hat seine Füße gepackt. Der Lehrer schwingt die räudige Peitsche. Wenn Horaz von seinem ersten Lehrer so zurechtfestigt worden ist, begreift man, daß er ihm das Beimwort „plagosus“, der Schlaglustige beilegt. Wie das Altertum, so hat auch die Schlaglustige mit körperlichen Züchtigungen nicht gefeuert, wenn man dem durchaus nicht vereinzelt dosierten Zeugnis Montaignes glaubt. Die Früchte vom Baume der Wissenschaft müssen damals sehr bitter gewesen sein. Luther ist einmal an einem einzigen Vormittag fünfzehnmal mit der Rute geschlägt worden. Den Record auf diesem Gebiete hat zweifellos ein schwäbischer Schullehrer erreicht; er konnte sich rühnen, nach einer Dienstzeit von 51 Jahren 7 Monaten eigenhändig 2.227.302 körperliche Züchtigungen der verabschiedeten Art erzielte zu haben. Im Durchschnitt verabreichte er an einem Tage hundert Züchtigungen.

## Sprechsaal.

### Fragen.

In dieser Rubrik können nur Fragen von allgemeinem Interesse aufgenommen werden. Stellenweise oder Stellenweise sind ausgeschlossen.

**Frage 8702:** Könnte ich vielleicht durch einen älteren, erfahrenen Reisekontor vernehmen, ob in den Hotels des Gästen Kammerdiener zur Verfügung stehen? Die Sache ist nämlich die: Mein Männchen hat zu Anfang unserer Ehe scherhaft erklärt, daß er bei seiner Morgen toilette meiner Handreichungen bedürfe, und ich habe aus Liebe und Vergnügen seinem Wunsch entsprochen. Ich stehe nicht an, zuzugeben, daß mir diese Stunde mit der Zeit recht wertvoll geworden ist, denn da habe ich meinen Mann ganz für mich gehabt, habe Erstes und Letztes besprochen und ich darf wohl sagen, viel Gutes damit erreichen können. Jetzt aber haben wir ein kleines Kindchen und es sind damit eine Menge von ersten Pflichten an mich herangetreten. Das Kleine bedarf am Morgen früh der Mutter und das Schlafzimmer erfordert mehr Zeit zum Ordnen. Ich meine also, mein Männchen sollte um unseres lieben Kleinen willen nun auf meine Handreichung bei seiner Morgen toilette verzichten, er sollte sich selbst helfen, wo ihm ja doch alles Nötige geordnet stets bereit liegt. Ich dachte, er könnte dies um so eher thun, als er jahrelang für sein Haus gereist ist und gewiß auch keinen Kammerdiener haben könnte. Er will aber nicht Verlust annehmen und seine Meinung ist, das Dienstmädchen könnte das Kindchen übernehmen, es sei doch keine große Kunst, so ein kleines Ding zu baden, zu füttern und das Sündchen sei ja bald nachgeholt. Mir erscheint aber die Pflicht, das Kleine zu baden, zu füttern und zu besorgen, höher und erntter, als die Pflicht, den Mann zu unterhalten und ihm bei der Toilette zu zudenken. Ich dente, mein Mann hat sich früher selber helfen müssen und wird es auch jetzt wieder thun können, weil er das Wohl unseres Kindes es erfordernt und weil ich nur so die nötige Gemütsruhe haben kann. Was sagen Verständige zu dieser Sache?

E. T.

**Frage 8703:** Mir ist kürzlich von einem Arzt angeraten worden, den ganzen Sommer hindurch recht viel Walderdbeeren zu essen, was ich auch gern zu befolgen angefangen habe. Nun lese ich aber, daß an zwei Orten Vergiftungen durch den Genuss von Walderdbeeren stattgefunden haben, und darüber ist meine Mutter so sehr ängstlich geworden, daß sie mich keine Erdbeeren mehr essen lassen will. Ich möchte nun gerne hören, wieviel Erdbeeren giftig seien können. Liegt es an dem Standort? oder kann ein über denselben gehendes oder friechendes Tier den Erdbeeren das Gift mitteilen? Die Sache ist mir so unheimlich, daß ich den Mut zum reichlichen Essen dieser meiner Lieblingsfrucht ganz verloren habe. Um gütige Belehrungen bitte!

Eine Unerfahrene.

**Frage 8704:** Welche Mittel stehen einer Mutter (Witwe) zur Hand, wenn ihre Tochter einen Mann heiraten will, dem die erste keine Achtung entgegenbringen kann? Ich bin davon in Kenntnis gesetzt worden, daß der Mann ein Mädchen mit Geld sucht und daß er sich dafür interessiert, ob verfügbare Vermögen vorhanden sei. Zu meinem großen Leidwesen ist das Vermögen meiner Tochter verfügbar, und nun sind die unangenehmen Folgen für das junge Mädchen da. Man macht ihr den Hof und sie glaubt hartnäckig nicht, daß sie bloß Spekulationsobjekt ist. Ich habe meinen verstorbenen Mann so sehr gebeten, so zu testieren, daß das Kapital unausstiebar ist, daß wir beide, sein Kind und ich, nur über die Zinsen verfügen können, aber es mußte nicht sein. Meinen Teil habe ich für meine Tochter auf diese Weise bereits sicher gestellt, das väterliche Erbe kann sie aber leider abheben nach Belieben, das weiß sie, und darnach hat der Ausserwählt meine Tochter sich genau erkundigt. Es ist ganz bedenklich, daß man mit gebundenen Händen zusehen muß, wie einer lieben, aber leichtgläubigen Tochter ein X für ein U vorgemacht wird. Muß ich als Mutter dem Verhängnis wirklich keinen Lauf lassen? Der Herr ist 42 Jahre alt, meine Tochter leider erst 18. Für guten Rat wäre herzlich dankbar.

Eine Unerfahrene.

**Frage 8705:** Könnte die Fragestellerin 8684 nicht noch zwei Töchterchen von 9 und 11 Jahren bei sich aufnehmen? In Pension müßte aber gleichzeitig auch ein Fräulein genommen werden, welche die verantwortliche Erzieherin der jungen Mädchen ist und die

unter zusagenden Verhältnissen auch noch andere Kinder zu einer beschiedenen Entschädigung mit unterrichten würde. Der Kostenpunkt säme nicht in Frage.

Paul W. in Z.

**Frage 8706:** Ist es nicht am Platze, daß die jahrelangen, freiwilligen Pflegerinnendienste einer Tochter bei den hochbetagten Eltern von den Geschwistern, die mit der Pflege nichts zu thun hatten, zum höchsten üblichen Lohn berechnet werden?

S. I. in R.

**Frage 8707:** Verdient eine ältere Frau, die während dem Gespräch mit anderen gewohnheitsgemäß ihr Strickzeug handhabt, wirklich zu den Leuten gezählt zu werden, die gesellschaftlich unmöglich sind? Meine Tante, mit welcher ich gemeinsamen Haushalt führe, bringt es nicht fertig, sich zu unterhalten, ohne daß auch die Hände nuzbringend beschäftigt sind. Sie strickt also gewohnheitsgemäß in Gesellschaften. Das hindert aber nicht, daß sie nicht nur einem jeden Gesprächsthema ernsthaft folgt, sondern auch anregendste Themen zur Diskussion bringt und behandelt. Für gütige Meinungsäußerungen wäre herzlich dankbar.

Ehrenamt in T.

**Frage 8708:** Seit einigen Jahren habe ich eine Anschwellung am Hals, welche nun verhärtet ist und mit der Zeit immer etwas größer wird. Ich hoffe, es könnte eine Frage im Sprechsaal dazu beitragen, ein Mittel zu erfahren, um das weitere Wachsen der Anschwellung zu verhindern. Es ist so beängstigend zu werden, daß sie nicht nur einem jeden Gesprächsthema ernsthaft folgt, sondern auch anregendste Themen zur Diskussion bringt und behandelt. Für gütige Meinungsäußerungen wäre herzlich dankbar.

Ehrenamt in W.

**Frage 8709:** Ich bin oft im Fall, Rahm zu Schnee zu schlagen, was bei der großen Hitze oft kaum möglich ist, wenn ich schon in den kühlen Keller oder in die Waschküche gehe mit der Arbeit. Gibt es ein Verfahren, welches den Rahm in möglichst kurzer Zeit bedeutend abkühlt? Für gütige Mitteilungen wäre sehr dankbar.

Eine junge Hausfrau.

**Frage 8710:** Könnte mir jemand in Berlin ein Asyl nennen, wo man eine ältere Frau gut und doch nicht gar zu teuer unterbringen kann?

S.

**Frage 8711:** Wir haben einen Garten, der Steingrund als Unterlage hat, infolgedessen Mist und hauptsächlich Laub nicht viel wirken. Kann man einen solchen Boden verbessern und wie? Beileibe dankt für guten Rat.

Eine langjährige Referin.

**Frage 8712:** Was fängt die Witwe mit dem hinterlassenen Chering ihres verstorbenen Gatten an? Tragen kann ich denselben nicht, weil er mir viel zu weit ist. Oder hätte ich ihm dem Seligen ins Grab lassen sollen? Um freundlichen Rat bittet.

Eine Witwe.

**Frage 8713:** Wüßte vielleicht eine der geehrten Referinnen ein probates Mittel gegen den lästigen Holzwurm in Weidengeslechtern? Ich nehme mit Bedauern wahr, daß diefer in meinen Wäschetrocken überhand nimmt. Für gütige Ratschläge wäre sehr dankbar.

Treue Ehrenamt.

### Antworten.

Auf **Frage 8687:** Ihre Langstieligkeit ist ganz berechtigt. Lassen Sie die Verbindungsmauer zwischen beiden Häusern sorgfältig ausgemeitern und versieben Sie die Fensteröffnungen im Souterrain mit Drahtgittern, damit die Räder nicht auf diesem Weg von einem Keller in den andern gelangen können. Sehr vorteilhaft ist es, die Außenmauer des Hauses bis zu den Kellerfenstern möglichst glätten und mit Emailfarbe anstreichen zu lassen, denn an einer porzellanglatten Fläche vermögen die Räder nicht in die Höhe zu steigen. Wenn ein anstoßender Hof oder Garten vorhanden ist, so hält es schwerer, sich den nachbarlichen Invasion zu erwehren. Da muß dann hauptsächlich darauf geachtet werden, daß keinerlei Gegenstände auf den Erdboden gestellt werden, die man nachher wieder in das Haus nimmt, wie z. B. Kisten, Waschzuber, Waschkörbe, Waschlumpen, Eßen, Waschlumpen u. dgl. Man sieht oft an Samstagen abends Teppiche, Thürvorlagen, Waschlumpen und Kübel vor den Haustüren liegen, die dann nachher ohne weiteres nachbars angreifen. Wenn genommen werden. Eine gute Vorichtungsregel ist es auch, des Nachts, bevor man zu Bett geht, auf der Platte vor der Haustür und vor den Kellerfenstern Voraz und Puderzucker, zu gleichen Teilen vermisch, zu streuen. Allfällig den Weg passierende Schwabenräder fallen über das Pulver her, von dessen Genuss sie halb betäubt liegen bleiben, wodann man sie am Morgen früh zusammen lehren und verbrennen kann. Wenn alles Eßbare gut unter Verschluß gehalten ist, so kann man auch im Keller und in der Waschküche zur Kontrolle hie und da solches Pulver streuen.

Auf **Frage 8688:** Ich habe mich schon sehr oft darüber aufgehalten, daß Magen- und Darmantrahthen vielfach als so harmlos betrachtet werden. Wie alteriert man sich doch über Sicht, Rheumatismus, Herzaffectionen, Nervenleiden, Schwindfucht u. dgl., währenddem die Krankheiten des Verdauungsapparates als nebenfachlich betrachtet werden. Und näher besehen sind ja doch alle anderen Leiden durch den Stand der Nahrungsaufnahme und Verdauung bedingt und durch denselben heilbar. Wer an seiner Verdauung leidet, der kann nach meiner Erfahrung gar nichts besseres thun, als auf die Einzelheiten seiner bisherigen Lebensweise zu achten und sie völlig zu ändern. Wer in großen Paufen sein Nahrungsbedürfnis zu stillen gewohnt war, der esse öfter und in kleinen Portionen. Wer viel Fleisch gegessen, beschränke diesen Genuss und halte sich an andere Nahrungsmittel. Wer viel getrunken hat, der beschränke die Zufuhr von Flüssigkeiten. Wenn einer sich nur spärliches Essen leisten konnte und wenig Schlaf, so suche er als Kurmittel an einen reichlich befestigten und kräftigen Tisch zu kommen und gönne sich ausreichende Ruhe. Wer beim gewohnheits-

gemäßen Genuß von scharfgewürzter Kost und von alkoholischen Getränken magen- und darmleidend geworden ist, der enthalte sich des Alkohols und halte sich an einfache, mildgeschmackte Gerichte. Beffen Magen und Darm aus Mangel an angeregenden Nahrungsmitteln schlaff oder unthätig geworden ist, den kuriert oft in ganz kurzer Zeit das Einnehmen einer kräftigen Fleischsuppe oder eines Fleischgerichtes mit einem Glas alten, reellen Weins; und wie oft ist nicht schon der als Gift verurteilte Kaffee einem aus Schlaffheit an der Verdauung leidenden Menschenkind zum Retter geworden. Selbstverständlich nur dann, wenn ein echter und gut zubereiteter Bohnenkaffee dem schwach und mutlos Gewordenen geboten wurde. Was ich da sage, das sage ich aus Erfahrung. Mein Vater litt jahrelang an Verdauungsbeschwerden; er besuchte spezielle Kurorte und wurde von Spezialisten behandelt, die ihm den Magen nach jedem Essen auspumpten und mit künstlichem Magensaft die Verdauungsgänge zu neuer Energie anregten wollten. Doctor Lehmann in Dresden, der leider frisch verstorben ist, der ordnete eine Diät an, die der gewohnten vollständig entgegengestellt war. Und als ich für die Mutter einer seiner Angestellten, die mit ihren bald siebenzig Jahren bei schneller und qualitativ unpassender Kost des Tages arbeiten und Nachts den Schlaf brechen mußte, um Rat schrieb, da verordnete er der Überarbeiteten, das zu essen und zu trinken, was der Vater meiden mußte. Und beide wurden ohne Medikamente kuriert. Wollen Sie diesen Weg der Selbstbeobachtung nicht zuerst betreten?

Ehrliche Leberin in P.

Auf Frage 8695: Sie müssen sich in allererster Linie sagen, daß der Standpunkt der beiden alten Damen keine volle Berechtigung hat. Sie hätten sich bei ruhigem Nachdenken selber sagen müssen, daß es kindlich sei, das Geld für eine Hauseinrichtung im Laufe von Jahren auszugeben, ohne zu wissen, ob und wie Sie derselben bedürftig sein werden. Hätten Sie Ihre Ersparnisse fortläufig einzutragen angelegt, so wären Sie im Bedarfsfall jeden Augenblick im stande gewesen, das den Umständen nach am besten Passende anzuschaffen. Wie die Sache nun liegt, so haben Ihre Ersparnisse jetzt wenig Wert. Die Wertfrage erfreut mir aber ganz nebenbei gegenwärtig der Erwähnung, ob Ihre und Ihres Verlobten Lebensanschauung zusammenstimme. Das ist der brennende Punkt, den Sie sich klar legen müssen. Wäre es nicht möglich, daß Sie und Ihr Bewerber unter dem gesellschaftlichen Schutz der alten Damen sich ohne gegenseitige Verpflichtung näher kennen lernen könnten? Ein plötzliches Abbrechen der angebahnten Beziehungen ohne genauere Prüfung erschien mir ebenso ungern als ungerecht.

x.

Auf Frage 8695: Der Standpunkt, der in einem Möbel nur den nicht sehr beträchtlichen Geldwert sieht, und der andere, der durch das Möbel an die damit verknüpften Erinnerungen und Erinnerungen gemahnt wird, — das sind zwei sehr verschiedene Anschauungen, doch sind beide mehr oder weniger berechtigt. Betonen Sie genug Mobiliar gekennt, so ist in der That das früher angeschaffte überflüssig. Sollen Sie bei den wenig sensiblen Tanten im gleichen Haushalt wohnen, so bekommen Sie schwere Zeiten. Können Sie in eine andere Wohnung ziehen, so wird es dennoch an Kampf nicht fehlen, aber ich glaube, daß Sie den Kampf aufnehmen dürfen!

Fr. M. in B.

Auf Frage 8696: Eisschränke müssen natürlich außerordentlich sauber gehalten werden, und man darf, wenn immer möglich, nie warme Speisen hineinstellen. Bekommt der Kaffee trotz aller Voricht doch einen unangenehmen Geruch, so wird er mit mangansaurer Salz desinfiziert; wie das gemacht wird, soll Ihnen der Apotheker oder Droguist, bei dem Sie das Salz kaufen, genau erklären: die Sache ist nicht so einfach.

Fr. M. in B.

Auf Frage 8696: Waschen Sie den Eisschrank mit einer kräftigen Seife und Soda laugen aus und beachten Sie genau den Windel und Riesen. Nach mehrmaligem Spülen mit heißem Wasser waschen Sie nochmals mit einer starken Lösung von übermangansaurer Salz den Schrank aus, spülen mit kaltem Wasser nach, trocknen ihn mit reinen Tüchern aus und lassen Sie die frische Luft tüchtig durchziehen. Auf diese Weise wird der üble Geruch ganzlich verschwinden.

x.

Auf Frage 8697: Lassen Sie die Speisen aus Ihrem Keller durch den Kantonschemiser prüfen und machen dann an Hand des erhaltenen Gutachtens dem Hausherrn nochmals ruhige Vorstellungen. Das ist alles, was Sie thun können. Wenn Ihnen der Hausherr nicht entgegenkommt, so bleibt Ihnen, sofern Sie sich mit dem fatalen Geruch nicht befriedigen können, nichts anders als die Kündigung. Wenn Sie dann in den Fall kommen, eine andere Wohnung zu mieten, so erkundigen Sie sich vorerst nach den einschlägigen Verhältnissen in Keller und Dachraum, das erspart Ihnen Widerwärtigkeiten.

x.

Auf Frage 8697: Handel und Aufbewahrung von Petrol unterliegt in unserem Kanton und wahrscheinlich in allen Kantonen einer besondern Polizeiverordnung, die u. a. vorschreibt, daß Petrol nur in festverschloßnen Gefäßen aufbewahrt werden darf; in Ausnahmefällen ist eine besondere Bewilligung einzuholen. Wahrscheinlich braucht es nur eine Anzeige an die Polizeibehörde, um das Fab. Petrol aus dem Keller fortzubringen. Ich fürchte zwar, daß Ihr Nachbar Sie dann nicht mehr als einen Freund betrachten wird. Den Petrolgeruch aus Milch wegzubringen, falls er wirklich dort ist, wird schwierlich gelingen. Vielleicht nützt es etwas, wenn Sie Ihre Kellerabteilung dicht verschließen lassen.

Fr. M. in B.

Auf Frage 8698: Es braucht 1 Liter Quellwasser, 80 Gramm guten Branntwein, 6 Gramm Süßholz-

wurzel, 4 Gramm reine Holzasche, 10 Gramm starken Weinfeig, 5 Gramm Holunderblüten. Man wirft abends den Zinn in den Branntwein und läßt das Wasser mit den Holunderblüten, der Holzasche und der Süßholzwurzel zehn Minuten köchen. Die Farbe wird blau werden. Dann setzt man den Branntwein und den Weinfeig zu, und wenn in einer Stunde die Farbe nicht rot geworden ist, so schüttet man so lange Tropfen für Tropfen Weinfeig zu, bis ein dunkles Rosentrott erscheint. Man schüttet dann die Flasche mehrerenmal um und setzt den Inhalt durch Leinwand oder durch Papierpapier. Die rote Farbe zeigt den Augenblick an, wo die Flüssigkeit die nötige Säure erlangt hat. Wenn man von diesem Wein eine größere Quantität bereiten will, so darf man die Ingredienzen nur in entsprechender Weise erhöhen. Man darf jedoch in diesem Fall nicht unterlassen, das Fässchen täglich um sich selbst zu rollen und das Weise von zwei Eiern, in einer gleichen Quantität von Wasser und Salz geschlagen, hinzuzutun. Später kann man auch noch ein wenig Branntwein zugießen.

2. 3.

Auf Frage 8699: Guter Rat ist teuer. Ich würde den Maler konsultieren, und wahrscheinlich wird das Beste sein, um die Thürlafer herum mit dunkler Farbe eine Verzierung anmalen zu lassen.

Fr. M. in B.

Auf Frage 8699: Kochen Sie Kleinenwasser, lassen dasselbe erkalten und sezen für die weiße Farbe etwas Blüte zu und waschen Sie die Thüren mit einem Schwamm ab. Noch sorgfältiger reinigen Sie die beschmutzten Stellen, wenn Sie dieselben nicht nach abwaschen, sondern mit etwas Mehl und einigen Tropfen Salatöl abreiben.

2. 3.

Auf Frage 8699: Wir haben in letzter Zeit alle unsere Zimmer nur mit frischem, kaltem Wasser und einem Schwamm gewaschen und mit einem Hirschleder etwas nachgerieben. Die Wände und Decken glänzen nun wieder wie frisch lackiert. Salmiak löst Farbe und Lack.

3.

Auf Frage 8701: Alle Fabrikate werden je länger, je schlechter gemacht. Bei den Bürsten nimmt der Fabrikant vielfach keine Schweinsborsten mehr, sondern allerlei Surrogate aus dem Pflanzenreiche, die dann wenig haltbar sind. Bißfisch wird auch das Reinigen der Bürsten übertrieben; Ausbürsten in heißen Soda-wasser kann keine neuzeitliche Bürste mehr aushalten.

Fr. M. in B.

Auf Frage 8701: Man bereitet die frisch gewaschenen Bürsten mit Alkalislösung; die Bürsten werden dadurch wieder hart und unnachgiebig.

3.

## Fewisseton.

### Sich selbst trennen.

4

Von E. B.

Ohne eine bestimmte Hoffnung auszusprechen, überließ Marie die Wendung ihres Schicksals der göttlichen Fügung, die doch zuletzt alles zum Besten führt. In kurzer Zeit hatte sich ihr Kundentreis vermehrt. Sie nahm sich bald Gehilfinnen und nach Jahr und Tag waren acht Paar fleißige Hände bemüht, das zusammenzustellen, was die beiden unseres Freundin zusammitten. Ihr Nutzvergrößerte sich mehr und mehr, bald galt es für eine besondere Vergünstigung, bei ihr das Kleidermachen zu erlernen. Sie errang ein eigenes System des Zuschniedens, und ehe sie sich dessen recht bewußt war, war sie im Besitz einer Schneiderakademie im kleinen. Wie gut war es jetzt, daß sie ihr Häuschen nicht verkaufen mußte! Marie trat ihre Kundin an die erste Gehilfin ab, um sich fortan nur ihren Schülerinnen zu widmen. So hatte sie das Ziel erreicht, welches sie in ihren jungen Jahren nicht verfolgen konnte: Sie war Lehrerin, wenn auch nicht eine vom Staate geprüfte und angestellte, so doch vom Publikum anerkannte und geschätzte. Nur allein ihrer Geschicklichkeit und Ausdauer hatte sie ihren Erfolg zu danken. Mit der wiederkehrenden Gesundheit der Mutter zog stilles Glück und Frieden in ihr Herz.

Von Georg's Vater hörte Marie wenig. Einige Jahre nach seines Sohnes schuftartiger Abreise hatte er die Fabrik an ein Konkurrenz verlaufen. Seine Gattin bestand auf der Erwerbung einer herrschaftlichen Besitzung mit Schloß und Park in der Nähe der Stadt. Seine Tochter, Georg's Stiefschwester, heiratete einen Offizier aus altadeliger, aber armer Familie. Das junge Paar wohnte auf der Festigung der Eltern und führte einen fürstlichen Haushalt, an dem der Vater trotz Dunkel und Hochmut doch keinen rechten Gefallen fand. Es kam ihm oft das Bewußtsein, daß das Leben eines reichen Mannes, wie er es jetzt führt, nicht halb die Befriedigung gewährt, die er empfunden, als er sich früher bei harter Arbeit um das tägliche Brot mühte. Der Ausspruch des Dichters: "Dem Armen schmeckt alles, was er ist, der Reiche ist nur, was ihm schmeckt!" kam ihm oft in den Sinn.

Wenn er sich früher bei Wurst und Brot und einem Krug Bier des gesündesten Appetits erfreut hatte, so ließen ihn jetzt alle Leckereien seiner Küche fass und er wäre am Liebsten zu seinen alten Gewohnheiten zurückgekehrt, wenn er sich ihrer nicht geschämt hätte vor seinem Angehörigen.

Friedrich Brandt stand innerlich seiner Gattin und Tochter vollständig fern. Bei dem wenigen äußerem Freis, den das Leben in und mit der Gesellschaft ihm verliehen, blieb doch genug vom ehemaligen Arbeiter an ihm, daß hohe Menschen nicht daran Anstoß genommen hätten. Nur allein sein Schwiegersonn achtete in ihm den self-made Mann und nahm um seines Reichums willen gern einige Verstöße gegen den guten Ton mit in den Kauf. Nach dem Tode seiner zweiten Gattin zog der Kommerzienrat wieder nach der Stadt, teils, um dem industriellen Treiben näher zu sein, teils um den berühmten Augenarzt H. öfter konsultieren zu können. Bei aller aufgewandten Kunst war es diesem aber doch nicht möglich, das gefährdete Auge leicht zu erhalten. Bald sank Friedrich Brandt in völlige Blindheit.

Vor etwa zwei Jahren fand Marie im Stadtblatt eine Annonce folgenden Inhalts: "Ein alter, alleinstehender blinder Herr sucht eine Dame, welche ihm täglich von 12—1 Uhr die Tagesblätter vorliest." Es war die volle Adresse angegeben, also kein Zweifel über die Persönlichkeit des Suchenden. War dies ein Wint vom Schicksal? Sollte sie es wagen, sich auf diese Weise dem alten, bemitleidenswerten Manne, dem Vater ihres noch immer treu geliebten Georgs, zu nähern? So viel Marie wußte, hatte sich Friedrich Brandt seit ihrer Kindheit nicht mehr um sie gekümmert, zudem war er ja blind, ein Erkennen also so gut wie unmöglich, so lange sie sich nicht selbst verriet. Daß dies nicht geschah, dafür wollte sie schon sorgen. Von 12—3 Uhr war sie frei; es blieb ihr somit reichlich Zeit zu ihrem einfachen Mahle. Ihren Stand konnte sie mit gutem Gewissen als den einer Lehrerin angeben und seinen Ansprüchen als Vorlehrerin hoffte sie vollauf zu genügen. Die einzige Schwierigkeit bot die Adresse, doch konnte sie durch Rennung des Mädchennamens ihrer Mutter leicht auch darüber hinweg kommen.

Zur festgesetzten Zeit meldete sich unsere Freundin unter dem Namen Marie Raimer bei dem alten Herrn. Ihre schöne sympathische Stimme schlug ihre Witterwerberinnen und so war sie dann die gutbezahlte Vorlehrerin des Herrn Kommerzienrates Brandt. Doch nicht allein das, sie war auch seine Vertraute geworden. Sie las nicht nur die Zeitungen, sondern gar bald auch die Familienbriefe, darunter natürlich auch die von Georg. Nach dem Diktat beantwortete sie dieselben. So wußte sie von Allem, wußte, wie der Vater bereute, daß das Glück seines Sohnes gefördert zu haben, wußte auch, welchen Erfolg Georg in Amerika gehabt, daß er der Compagnon eines großen Exporthauses geworden, daß dieses Geschäft in nächster Zeit eine Zweigniederlassung in Deutschland gründen wollte und Georg zu dessen Leiter bestimmt war. Marie erfuhr auch durch diese Briefe, wie Georg sich nach seiner Heimat sehnte und nach einem geordneten Familienleben. Doch von ihr war nie die Rede. War sie von Georg vergessen? oder baute er so fest auf ihre Treue, daß er es für überflüssig hielt, darnach zu fragen? Im Laufe der Zeit hatte Marie auch erfahren, wie teuer sie dem alten Herrn geworden war, wie er bei dem Gedanken zitterte, ein böser Zufall könnte sie ihm einmal entführen. Gestern war wieder ein Brief von Georg gekommen, worin er seine baldige Ankunft anmeldete. "Ach, Marie!" hatte ihr der Vater zugerufen, "wenn Sie sich doch entschließen könnten, meinen Sohn zu heiraten, dann wäre uns allen geholfen, dann könnten wir alle beisammen bleiben!" — Aber Herr Kommerzienrat, wissen Sie denn, ob mich Ihr Herr Sohn haben will?" antwortete Marie. "Ich bin ja nur eine arme Lehrerin, die ihr Brod selbst verdient, eine solche paßt doch nicht in Ihre Verhältnisse." — "Marie, Sie thun mir weh mit der letzten Bemerkung, diese Torheit liegt, Gott sei Dank dafür! weit hinter mir; sie hat mir manche Enttäuschung gebracht. Was meinen Sohn anbelangt, so glaube ich ihn genug zu kennen, als daß ich annehmen könnte, er würde nach Rang und Reichtum freien. Aber liegt nicht auch die Frage nahe, ob Georg Ihnen gefällt?"

"Ja, freilich," antwortete Marie, "das müssen wir auch erst abwarten." — "Komm her, mein Kind, gib mir die Hand darauf, daß Du mir erlauben willst, für meinen Sohn bei Dir zu werben, wenn er Dir nicht ganz mißfällt!" — "Nun, meinewegen, das Werben kann ich ja gestatten, ich muß doch nicht." "Ja" sagten, scherzte Marie, das Herz voll Glückseligkeit. — "Ach, Du quälst mich, sieh, ich habe Dich so lieb und nenne Dich Du, ohne erst um Erlaubnis gefragt zu haben. Wenn Du durchaus nicht meine Schwiegertochter werden möchtest, dann wirst Du mir aber doch nicht abschlagen, Dich zu meiner Adoptivtochter zu ernennen?" — "Lassen wir jetzt alle diese Fragen und warten erst die Ankunft Ihres Herrn Sohnes ab."

(Schluß folgt.)

**Einst wirst du schlummern.**

Ob Nächts auch thränenfeucht dein Pfuhl  
Und heiß die rubelosen Eider,  
Einst wirst du schlummern sanft und kühl,  
Und keine Sorge weckt dich wieder.  
  
Vergehe nicht in Angst und Dual,  
Es eilt die Stunde, dich zu retten,  
Sechs Bretter nur braucht's, dünn und schmal,  
Ein müdes Menschenherz zu betten.

Und du auch findest eine Hand,  
Die Augen sanft dir zusdrücken,  
Mit einer Blume, einem Band  
Dir deinen Sarf noch auszuschmücken.

Der Tod bringt Ruhe deinem Harm,  
Die dir das Leben nie vergönnte.  
Halt aus: es ist kein Mensch so arm,  
Dass er nicht endlich sterben könnte.

A. Träger.

**Kampf der Lüge!**

Wo du eine Lüge findest, unterdrück sie.  
Lügen sind nur dazu da, unterdrückt zu werden.  
Doch prüfe dich wohl, in welchem Geist du es  
thust: nicht in Haß, in überfürzter Hesitigkeit;  
sondern mit reinem Herzen, heiligem Eisfer, sanft  
fast mitleidig. Nicht wahr, du willst nicht eine  
solche unterdrückte Lüge durch eine neue erzeugen,  
durch eine von dir begangene Ungerechtigkeit,  
die weitere Lügen erzeugen muß?

**DIE BLUTHITZE DES SOMMERS**

wird nur erträglich, wenn wir den quälenden Durst  
bekämpfen. Wirksmal geschieht dies durch ein Glas  
Zuckerwasser, dem 5 Tropfen „Ricqlès Pfeffermünz-  
geist“ alcool de menthe die Ricqlès zugesetzt sind.  
Dieses sehr erfrischende und pikante Getränk ist  
nicht nur äußerst bekömmlich, sondern kostet pro  
Glas nur  $\frac{1}{2}$  Centime. Nur echt mit dem Namen  
Ricqlès. Erhältlich in Parfümerien, Drogerien und  
Apothen. Hors Concours Paris 1900. Grand Prix  
Saint Louis 1904. [3616]

**E**ine einfache, anständige Tochter  
vom Land, welche die französische Sprache erlernen will, findet  
Stelle zur Beaufsichtigung von Kindern und zur Stütze der Dame in einem  
Pensionat der französischen Schweiz. Die Dame erteilt der Tochter französische  
Stunden und gewährt von Anfang an Lohn, der je nach den Leistungen erhöht wird. Eintritt beförderlichst. — Offerten unter Chiffre CH 3787 befördert die Exped. [3787]

**F**ür ein junges Mädchen, das die  
Hausschäfte versteht, wird  
Stelle gesucht bei kleiner Familie,  
wo die Hausfrau mitarbeitet und kontrolliert. Gute Behandlung ist Bedingung. — Offerten unter Chiffre M. F.V 3788 befördert die Exp. [3788]

**Offene Stelle**

für

**Herr oder Dame**  
zur Leitung einer Speiseanstalt  
verbunden mit alkoholfreiem Re-  
staurant. Verlangt werden Kenntnis  
im Wirtschaftswesen und in der  
Buchführung. Personen, welche schon  
ähnlichen Stellen vorgestanden, er-  
halten den Vorzug. Offerten unter  
Chiffre 1262 an Rudolf Mosse,  
Zürich. [Za G 1262] [3786]

**E**in tüchtiges, braves Zimmermädchen,  
das Nähen und Bügeln kann und die Hausarbeit versteht, in eine  
Villa aufs Land gesucht. Offert unter  
Chiffre A 3776 befördert die Exp. [3776]

**LOSE**

der Zuger-Stadttheater-Lotterie  
(II. Emission) **Haupttreffer 30,000**  
à 1 Fr., auf 10 ein Gratislos, versendet  
[3745] Th. Keiser-Stocklin, Zug.  
Ziehung 24. Juli 1905.

**Wer Geld sparen will,**  
der lasse sich die Broschüre über **Nähr-  
salze** kommen von **E. R. Hofmann**  
in Bottmingermühle-Basel. [3459]

**Ostverwertungskurs für Frauen.**

Vom 24. bis 27. Juli findet an der schweiz. Versuchsanstalt für Obst-, Wein- und Gartenbau in Wädenswil ein Obstverwertungskurs für Frauen statt. Täglich drei Stunden Unterricht und vier bis fünf Stunden praktische Übungen. Unterricht wird erteilt in: Ernte, Aufbewahrung und Abfah des Obstes, Apparate und Methoden der Obst- und Gemüsekonserverung, Obst- und Gemüsedörren, Herstellung von Beerenweinen und Fruchtsäften. Anmeldungen sind bis zum 17. Juli an die Direktion der Versuchsanstalt zu richten.

**Keine „roten Nasen“ mehr.**

Eine höchst lästige Form bleibender Gefäßweiterung ist die „rote Nase“, die den Betroffenen in den Verdacht allzureichen Altersgenossen bringt, selbst wenn er ein Abtümchen ist. Sobald gelegentlich Erfrierung, wie sie in leichteren Graden schon bei Herbstwetter und plötzlichem Temperaturwechsel vorkommt, oder gewissen Hauterkrankungen (wie Cruthem und Ane) die Veranlassung gewesen ist, bilden sich bleibend zahlreiche Gefäßweiterungen aus. Sie zeigen keinerlei Neigung zur Rückbildung. Die erschlafften Venenwände entbeben der erforderlichen Elastizität. Sie nehmen immer größere Blut-Quantitäten auf. Die Nase wird bläulich und dunklerrot. Diese Gefäßneubildung weicht keinem äußerlichen Heilmittel; die durchblümmernden Kapillar- und Venenstämmchen müssen zerstört werden. Der bekannte Dermatologe Lajzar hat, wie die „Umfabau“ mitteilt, zu dem Zweck einen Apparat konstruiert. Ein mit der allgemeinen Elektrizitäts-Quelle verbundener Elektromotor treibt einen hammerartigen Apparat, an dessen Ende ein Bindel von etwa vierzig feinen vergoldeten Platinspitzen be-

festigt ist. Der Kolben kann mittels Schraubenschlüssels an- und abgeschraubt werden und ist vor und nach jeder Benutzung mit löscher Karbollösung sorgsam zu desinfizieren.

Die Nase kann man mit irgend einem Mittel gefüllt machen, doch halten Patienten meist die Behandlung auch ohnedem aus. Diese geht vor sich, daß die vorher gefärbte Haut während weniger Minuten (mit Paufen) durch senkrechte Applikation des leichtfedernden Nadelbindels zu reichlicher Blutung gebracht wird. Diese steht ohne weiteres auf Kompression. Sechs bis acht Sitzungen (wöchentlich eine bis zwei) genügen meist, um selbst kupferrote und purpurne ohne jede Spur oder Narbe glatt und für immer zur normalen Farbe zurückzubringen.

**Ein Zwergen-Hotel.**

Eine der merkwürdigsten Sehenswürdigkeiten im Staate New-York ist ein Hotel in White Plains, das ausschließlich von Zwergen bedient und bewirtschaftet wird. Der Besitzer dieses Hotels ist „Admiral“ Dot, ein früherer in Zirkusreisen wohlbelaufter Zwerg. Der Mann ist jetzt 32 Jahre alt und nur zwei und einen halben Fuß groß. Der Bierauschalter ist ein klein wenig größer als sein Herr, hat sich aber auch früher wegen seiner Kleinheit in Music Halls und anderen Schauplätzen sehen lassen. „Admiral“ Dot wird von seiner Frau unterstützt, die nur 31 Zoll groß ist und als die hübschste Zwergin der Welt gilt. Der Oberstalter im Eßsaal ist ebenfalls ein Zwerg, er ist nur 29 und einen halben Zoll groß. Alle diese kleinen Leute sprechen englisch und deutsch fließend und sollen das Hotel so ausgezeichnet leiten, daß manch „Erwachsene“ viel von ihnen lernen könnten.

**GALACTINA** Das vorzügliche  
Kinder-Milchmehl  
ist die beste und vollkommenste  
Nahrung für Säuglinge u. Kinder  
zarten Alters. [3517]

Berner Halblein beste Adresse: Walter Gygax, Bleienbach.

**Wollen Sie hochelegante****oder einfache Damenkleiderstoffe?**Unsere Vorräte und Auswahlen enthalten  
das Gewünschte für jede Saison und jede  
Gelegenheit. [3565]

Reichhalt. Musterauswahlen versenden prompt franco

**Dettinger & Co., Zürich.**

Costümes, Costümstücke, Blousen, Mäntel



Nach der Muttermilch empfiehlt sich die  
sterilisierte Berner Alpen-Milch als bewährteste,  
zuverlässigste

**Kinder-Milch**

Diese keimfreie Naturmilch verhüttet Verdauungs-  
störungen. Sie sichert dem Kinde eine kräftige  
Konstitution und verleiht ihm blühendes Aussehen.

Depots: In Apotheken. [3493]

**Reese's  
Backpulver**  
Backon, Gugelhof, Backwerk, etc.  
anerkannt vorzügl. Ersatz für Hefe,  
in Drogen, Delikates- u. Spezereihandlungen.  
Fabrikniederlage bei Carl F. Schmidt, Zürich.

[3758]

Die Broschüre:

**„Das unreine Blut“**

und seine Reinigung mittelst inner-  
licher Sauerstoffzufuhr“  
versendet gratis E. R. Hofmann,  
Institut für Naturheilkunde, Bott-  
mingermühle bei Basel. [3460]

**Heirate nicht**

ohne Dr. Retan. Buch über die Ehe,  
mit 39 anatomischen Bildern, Preis 2 Fr.  
Dr. Lewitt. **Beschränkung der Kinder-  
zahl**. Preis 2 Fr., gelesen zu haben. Versand  
verschlossen durch Nedwig's Verlag in  
Luzern. [3778]

Abnehmer beider Werke liefern  
gratis „Die schmerz- und gefahrlose Ent-  
bindung der Frauen“ (preisgekröntes Werk).

Silb. vergold. **Frauenfeld**  
Med. 1903  
FRÜCHTE  
GEMÜSE  
FLEISCH  
etc.

ZUR CONSERVIERUNG  
im HAUSHALTE ist das  
**SYSTEM J.-ERNST**  
KÜSNACHT-ZÜRICH  
unbedingt das  
**EINFACHSTE, BILLIGSTE**  
· & BESTE ·  
Man verlange Prospekte

[3175]

In jeder Confiserie und besseren Kolonialwarenhandlung erhältlich.  
**CHOCOLATS FINS  
DE VILLARS**

Die von Kennern bevorzugte Marke.

1425 Meter **Schimberg - Bad** bei Luzern  
ü. Meer Alpenkurort in aussichtreichster Lage.

Moderne Etablissement mit 160 Betten. Reizende Spaziergänge in ausgedehnte Waldungen. Stärkste Natrium-Schwefelquelle der Schweiz. Heilkraftige Eisenquelle. Ausserordentliche Erfolge bei Magen-, Darm-, Leber-, Nieren- und Blasenkrankheiten etc. Kurarzt im Hotel. Hydrotherapie, Inhalatorium. Physikalisch-diätetische Therapie. Nasendouchen. Eigene Alp mit Milchwirtschaft. Hotelwagen am Bahnhof. Pension von 7 Fr. am. Näheres durch Prospekt.

J. B. Genelin, Besitzer.

KEIN VOLLSTÄNDIGER NACHTISCH OHNE DIE KÖSTLICHEN

**FLEUR  
DES NEIGES**  
PERNOT Waffeln Fabrik, Genf.

[3653]

Erster Preis auf der Weltausstellung in St. Louis 1904.

**Seewen** am Lowerzersee Gotthardbahnstation  
— Schwyz — **Hôtel Rössli Pension**

Komfortables Haus, 1904 vergrössert, inmitten schattiger Gartenanlagen. Eisenhaltige Mineral- und Solebäder. Seebäder. Sommerfrische, angenehmster Ferienaufenthalt. Prospekte durch [Za 219 g] [3738]

C. BEELER, Propri., im Winter Savoy-Hôtel, Nervi.

**Für 6 Franken**

versenden franko gegen Nachnahme  
bitto. 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen

(ca. 60—70 leichtbeschädigte Stücke  
der feinsten Toilette-Seifen). [3484]

Bergmann &amp; Co., Wiedikon-Zürich.

stätte für alkoholkranke  
Frauen Weesen, Schweiz.  
Arzt: Dr. Spengler. Pros.  
gratis v. d. Heilstätte. [3508]

### Briefkasten der Redaktion:

Frau S. A. in L. Nehmen Sie Ihre Töchterchen schon jetzt systematisch in Befolgung der Haushaltserbeiten, für die sie durchaus verantwortlich sind, die sie also nicht mehr nach Willkür anderen übertragen können. Jungen Mädchen müssen es sich zur Ehrensache machen, so wenig als immer möglich persönliche Dienstleistungen von anderen entgegennehmen. Ihre Klagen, daß dieses oder jenes durch die Dienstboten nicht gut gethan worden sei, sollte man damit beantworten, daß man sie die Arbeit selber und zwar besser machen läßt. Ihren Wachttisch und Nachttisch z. B. müßten die jungen Töchterchen selber in Ordnung bringen, ebenso müßten sie die Betten zum Auslüften ordentlich auslegen. Je nach den Verhältnissen habe das Mädchen entweder am Samstag Nachmittag oder am Sonntag eine bestimmte Mehrarbeit im Hause, von welcher es nur in Ausnahmefällen absehen darf. Das junge Mädchen muß sich möglichst früh als ein verantwortlicher Teil, als ein unentbehrliches Arbeitsrad in der Haushaltungsmaschine betrachten. Wie viel aber geschieht das Gegenteil, daß die Last des Haushalts um so drückender und schwerer wird, je älter die Töchter werden, weil ihre Ansprüche mit dem Alterwerden

Von dem feinen, so rasch beliebt gewordenen Bienenhonig mailändischer Provenienz können, so lange der Vorrat reicht, wieder drei Sorten bezogen werden und zwar in dunkel oder hell die 8 Pfund-Büchse (Zoll, Porto, Verpackung, Spesen und schöne Blechbüchse beigegeben) zum Preis von Fr. 7.20. „Lupinella-Honig“, das Feinste, die 8 Pfund-Büchse zu Fr. 7.40. Wer von dieser Gelegenheit Gebrauch zu machen wünscht, sende seine mit deutlicher Adresse versehene Bestellkarte zur Weiterbeförderung an die Expedition, worauf die Lieferung unter Nachnahme erfolgen wird. [3408]

wachsen und eine jede Bedienung erwartet und verzögert. Wer will sich aber darüber wundern, wenn die dazu berufenen Hände sich alle dieser Arbeit entziehen? Wenn sie zwar auf dem Papier oder im Ländelschürzchen gelernt wird und die Haushaltmaschine aber sofort den regelmässigen Gang verliert oder völlig ins Stocken gerät, sobald die fremde dienende Hand aus irgend einem Grund die Arbeit niederlegt. Man braucht sich gar nicht lange umzusehen, um auf Haushaltungen zu stoßen, wo die Dienstbotenmutter der alternden oder alten Mutter das Leben vergäßt, so daß sie weit über ihre Kräfte sich abmühen muß, währendend die Fraulein Töchter, die weißen Händchen pflegend, sich mit verschämt im Verborgenen gefertigten Handarbeiten ein Madelgeld zur Befriedigung ihrer Toilettenausgaben verdienen oder als Bureaufräulein mit reduziertem Gehalt an der Stelle stehen, die den stillenlosen Bruder einzunehmen berechtigt wäre. Weil die Töchter sich für die Haushaltserbeit zu gut dünken, muß die abgearbeitete und ruhebedürftige Mutter eine immer schwerer werdende Burde schleppen, und die Töchter, die sich verheiraten, ohne im Stande zu sein, einen Haushalt selber zu besorgen, werden als Hausmütter der Spielfall ihrer Dienstboten und schaffen dadurch eine Häuslichkeit, die dem vom Kampf ums Dasein gehetzten Mann kein Behagen mehr bieten, ihm keine Ruhe und Erholungsstätte mehr sein kann, wo er frische Kraft und neuen Antrieb findet. Ein geübter Lehrer standpunkt ist es, warten zu wollen, bis das Mädchen

sich aus Neigung selber für die häusliche Betätigung entscheidet und meldet. Die häusliche Betätigung ist für das Mädchen die Schule des Charakters, die es ebenso gut durchlaufen muß, als es muß schreiben und lesen können.

Frau S. B. in Z. Das ist ganz Sache des persönlichen Bedürfnisses, der Gewohnheit. Uns erscheint das Verlangen einer Tochter nach einem eigenen Zimmer durchaus nicht als eine Anmaßung. Für sie ist Naturum ein ein unabsehbares Bedürfnis, einen Schlafraum für sich allein zu haben und sei er noch so klein. Wenn sie dies entbehren müssen, so fühlen sie sich unbehaglich, und der Schlaf bringt ihnen nicht die volle Ausspannung und Erquickung. Ihr Gemüt bedarf beim Schlafengehen und beim Aufstehen der stillen Sammlung. Andere dagegen wollen gar nicht allein bleiben, sie können es fast nicht, weil sie es gewöhnt sind, Gesellschaft und Unterhaltung zu haben. Wenn Sie das Einzelzimmer gewähren können, so raten wir Ihnen zu entsprechen.



### Ein guter Rat!

Wer sich durch Erältigung rheumatische Leiden, Gliederschmerzen, Hexenschuß, Ischias, Rückenweh, Neuralgien oder Bruststarrsch. Husten, Heiserkeit zugeogen hat, wende sofort Rheumatol an, ein äußerlich als Creme zu gebrauchendes Mittel. Viele Aerzte verschreiben Rheumatol regelmäßig mit bestem Erfolge.

Preis der Flasche Rheumatol Fr. 1.50 mit erklärender Broschüre und Gebrauchsanweisung.

In allen Apotheken. [3705]

Von den hervorragendsten Professoren und Aerzten empfohlen bei

### Lungenkrankheiten, Chron. Bronchialkatarrh, Keuchhusten, Scrophulose, Influenza.

# Sirolin

Hebt Appetit und Körperfewicht,  
beseitigt Husten, Auswurf, Nachtschweiß.

- Wer soll Sirolin nehmen?**
1. Jedermann, der an länger dauern- dem Husten leidet. Denn es ist besser, Krankheiten verhüten, als solche heilen.
  2. Personen mit chronischen Bronchialkatarrhen, die mittels Sirolin geheilt werden.
  3. Asthmatischer, die durch Sirolin wesentlich erleichtert werden.
  4. Scrophulöse Kinder mit Drüsenschwellungen, Augen- und Nasenkatarrhen etc., bei denen Sirolin von glänzendem Erfolg auf die gesamte Ernährung ist.

**Warnung:** Es existieren minderwertige Nachahmungen! Man achtet daher genau darauf, dass jede Flasche mit unserer Spezialmarke „Roche“ versehen ist und verlange stets Sirolin „ROCHE“. [3526]

# „Roche“

Erhältlich in den Apotheken  
à Fr. 4.— per Flasche.

F. Hoffmann-La Roche & Cie., Basel.

**Neu! Neu!**  
**Reese's Eispuolver**  
liefer [3759]  
innerhalb 15 Minuten  
feinstes  
**Delikatess-Eis.**  
**Glace.**  
Verkaufsstellen zu erfragen  
bei der Fabrik - Niederlage:  
Carl F. Schmidt, Zürich.

# LOSE

vom **Stadttheater in Zug**, zweite Emission, versendet zu 1 Fr. und Listen zu 20 Cts., das grosse Loseversand-Depot **Frau Hirzel-Spöri, Zug**. Haupttreffer 30,000 und 15,000 Fr. Auf 10 ein Gratis-Los. Ziehung am 24. Juli. [3853]

**HELVETIA CICHLORIEN**  
Garantiert rein  
HÄFNER MARK

Gesündester, unübertroffener Kaffeezusatz.

# CHOCOLAT KOHLER

**Spiez Hotel-Pension Erica**  
(am Thunersee)

in schönster, ruhiger, staubfreier Lage. — Ganz neu und comfortabel eingerichtet. — Elektrisches Licht. — Mässige Preise. [3740]

A. Bandi-Engemann.

# Kurhaus Weissenstein bei Solothurn.

1300 m [3715] über Meer.  
Alpenpanorama vom Säntis bis Montblanc; Ausdehnung 400 km. Hotel und Pension. 70 Zimmer mit allem Komfort. Post und Telegraph. Zimmer mit erstklassiger Verpflegung 7—10 Fr. Bis 15. Juli und vom 1. Sept. ab reduzierte Preise. Bergwagen im Hotel Krone Solothurn. Illustr. Prospekte mit Panorama gratis und franko durch den Besitzer K. Illi.

### !! Heilung von Asthma !!

selbst die hartäckigsten Fälle, Atemnot, Lungenleiden, Husten, Rachen- und Nasenkatarrh, Brustschmerzen, Verschleimung, Auswurf, Schlaflosigkeit etc. heißt rasch, dauernd und brieslich, ohne Berufsstorung mit unschädlichen [3475]

### Indischen Pflanzen- und Kräuter-Mitteln

Kuranstalt Näfels (Schweiz) Dr. med. Emil Kahlert, prakt. Arzt.

Tausende Dankeschreiben von Geheilten zur Einsicht! Verlangen Sie Gratisbrochure.

### Papeterien à 2 Fr.

enthaltend **100** Bogen feines **Briefpapier**, **100 Couverts**, Bleistift, Federhalter, Siegellack, **12** Stahlfedern, Radiergummi, Tinte, Löschpapier, nützliche Ratschläge, wie man Geld verdient. Zusammen in schöner Schachtel nur **Fr. 2.** — franko bei Einsendung. (5 Stück Fr. 8.—) [2984]

**A. Niederhäuser**

Papierwarenfabrik, Grenchen.

### In der Entwicklung zurückgebliebenen

kränklichen

schwächlichen

rhachitischen

skrofulösen

gibt man am besten

# Kalk-Casein.

Erfolge überraschend.

Büchse Fr. 2.50 in Apotheken.

Gesellschaft für diät. Produkte A.-G. 4

Zürich.

### Probe-Exemplare

der „Schweizer Frauen-Zeitung“ werden auf Verlangen gerne gratis u. franko zugesandt

Ergänzung der täglichen Nahrung

mittelst kleiner Quantitäten von

**Dr. Hommel's Haemogen**

(gereinigtes, concentrirtes Haemoglobin, D. R.-Pat. Nr. 81,391, 70,0, chemisch reines Glycerin 20,0, Wein 10,0 incl. Vanillin 0,001)

bewirkt bei Kindern jeden Alters wie Erwachsenen

schnelle Appetitzunahme \* rasche Hebung der körperlichen Kräfte \* Stärkung des Gesamt-Nervensystems.  
Warnung vor Fälschung! Man verlange ausdrücklich Dr. Hommel's Haemogen. Von Tausenden von Aerzten des In- und Auslandes glänzend begutachtet!

[3482]

O. WALTER-OBRECHT'S

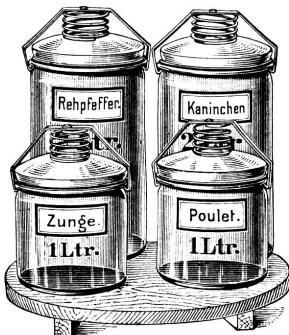


# Krokodilkamm

ist der Beste Horn-Frisierkamm

Ueberall erhältlich.

[3317]



## Konservierungssystem Schildknecht - Tobler

ST. GALLEN ST. GALLEN

### Zur Konservierung

von  
Obst, Beeren, Gemüse, Fleisch etc.  
im Haushalte

wasserhelle, äußerst widerstandsfähige

### Gläser

in allen Größen



Einfachstes und zuverlässigstes  
Verfahren.

[3761]

Prospekte gratis. Depot überall.

**Toggenburg, Kurlandschaft** zwischen Säntis, 2504 m, Churfürsten, circa 2300 m, Speer, 1856 m und deren Ausläufern. Thalsohle 600—1000 m. — Saison Mai bis Oktober. — Herbstaufenthalt noch sehr angenehm. — September und Oktober stimulierend und kräftigend. — Adresse: Korrespond.-Bureau des V. V. T.: C. G. Würth in Lichtensteig. Prospekte gratis und franco. — Illustr. Führer gegen 50 Cts. in Briefmarken. Gebirgspanorama 3 Fr. — Im Korrespondenz-Verkehr Frankatur erbeten. — Vorzügliche, bestbewährte Indikationen. — Grosses Exkursions- und Touristen-gebiet. — Pensionsstufen laut Verbandstarif Fr. 3.—, 3.50, 4.—, 4.50, 5.—, 6.—.

[3784]

# Bad Fideris.

Der eisenhaltige  
Natronsäuerling  
der von jeher  
hochgeschätzten

### Heilquelle von Fideris

wird wegen seiner angenehm schmeckenden, erfrischenden und Appetit anregenden Eigenschaft als

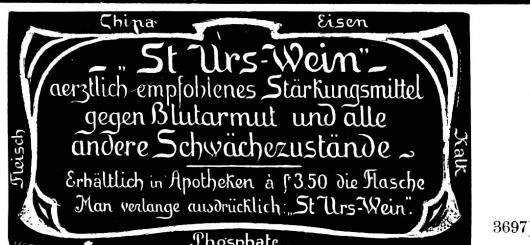
### Tafelwasser

empfohlen: Blutarmen, Magen-, Hals- und Nierenkranken, sowie Rekonvaleszenten.

Das Wasser wird nicht erst nach künstlichen Manipulationen, sondern gerade wie es dem Felsen entquillt, in Flaschen abgefüllt und versendet.

Dasselbe ist durch das Haupt-Dépôt C. Helbling, Apotheker, in Rapperswil, sowie durch die Mineralwasserhandlungen und Apotheken d. Schweiz zu beziehen.

Alexander & Cie.



[3697]

# So viele Frauen u. Mädchen leiden

an den Beschwerden der monatlichen Vorgänge

Rückenschmerzen, Leibweh, Krämpfe, Kopfschmerzen, Uebelsein etc.

### Mit grossem Erfolg wirkt „MENSOL“

Vollkommen unschädliches, innerlich zu nehmendes, angenehm schmeckendes, ärztlich warm empfohlenes Präparat (in Teeform).

#### Viele Dankeschreiben.

Preis per Schachtel Fr. 2.50. — Wo in Apotheken nicht erhältlich, direkt zu beziehen durch die

[3687]

### Gesellschaft für diätetische Produkte A.G. Zürich II.

Prospekte gratis.



[3728]

**Central Spül-Maschinen**  
Vor- und rückwärts nähend  
Vorzügliche Zeugnisse erster Fachleute.  
Erste Preise an vielen Ausstellungen.  
**Schweiz. Nähmasch.-Fabrik LUZERN.**  
Ueberall tüchtige Vertreter gesucht.

Absolut sicher u. rasch wirkendes Mittel gegen die unangeneh. Folgen von Stichen von fliegend. Insekten aller Art. Prämiert bei der internat. Biennenzucht-Ausstellung in Wien 1903. In Stahlkapseln bequem bei sich zu tragen. Erhältlich in allen Droguerien, Parfumerien und Apotheken.  
Generaldepot für die Schweiz:  
Herren: G. Kiefer & Co. in Basel.

(S. g. 120 f.)  
[3722]

# Zuger-Stadt-Theater-

# LOSE

### Ziehung 24. Juli.

Emission II, versendet à 1 Fr. per Nachr. Frau Blatter, in Altdorf. Losse-Versand Hauptpr.: Fr. 30,000, 15,000. Gewinnliste 20 Cts. Auf 10 ein Gratislos.

[3637]

# Kaiser-Borax

Zum täglichen Gebrauch im Waschwasser und Bad. Das unentbehrliche Toilettemittel, verschönert den Teint, macht zarte weisse Hände. Bewährtes antiseptisches Mittel zur Mund- und Zahnpflege. Nur sechz in roten Cartons zu 15, 30 und 75 cents. Kaiser-Borax-Seife 75 cents. — Tola-Seife 40 cents. Spezialitäten der Firma Heinrich Mack in Ulm a. D.

(S. g. 120 f.)  
[3722]



zur gründlichen Pflege der Haare ist unbedingt das anti-septische Kopfwasser

### Als unerlässlich „Jech Habs“

zu betrachten. Per Flasche 3 Fr. mit oder ohne Fett empfiehlt

Parfumeur H. Grzenkowski, Zürich, Bleicherwegplatz 56.



### „Praktisch“

Neuer, „patentierter“ ausziehbarer Kleiderhalter, ist unentbehrlich für jede ordnungsliebende Person. Für Damen- und Herrengarderobe. Passend für jeden Kleiderschrank, leicht anzubringen. Keine Unordnung. Kein Suchen im Schrank mehr. — Größere Ausnutzung des Schrankes.

„Praktisch“ schont die Kleider sehr und erhält solche tadellos glatt, wie neu.

„Praktisch“ kostet poliert Nr. 1, 36 cm., Fr. 4.50; Nr. 2,

42 cm., Fr. 5.—; Nr. 3, 49 cm., Fr. 5.25.

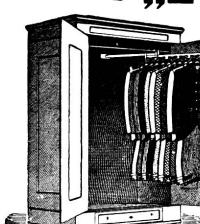
„Praktisch“ kostet vernickelt Nr. 1, 36 cm., Fr. 6.—;

Nr. 2, 42 cm., Fr. 6.50; Nr. 3, 49 cm., Fr. 7.25.

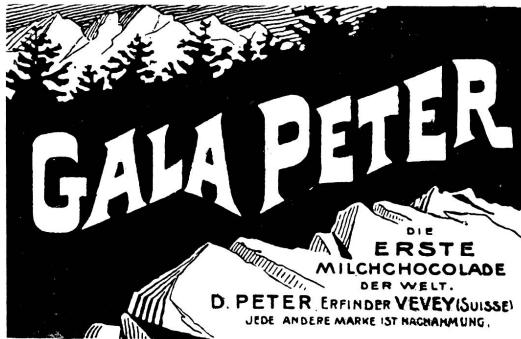
Innere Tiefe des Schrankes gefälligst immer angeben.

„Praktisch“ ist zu haben bei der Firma:

[3706]



Maison BADER, Le Locle (Canton de Neuchâtel).



Kuranstalt Schloss Marbach am Bodensee Post Wangen Baden

Besitzer und Leiter: Dr. med. O. Hornung.

Bekannt gute Erfolge bei Herzschwäche, Herzerweiterung, Fettherz, Klappenfehler, Entartung der Arterien, Blutarmut, Neurasthenie, Nervenkrankheiten, Rheumatismus. Bestgeeigneter Aufenthalt für Rekonvaleszenten nach Infektionskrankheiten (Zä 2225 g) [3741]

Illustr. Prospekt und nähere Auskunft durch die Verwaltung.

## Für die Reise- und Ferienzeit

empfohlen wir in reicher Auswahl

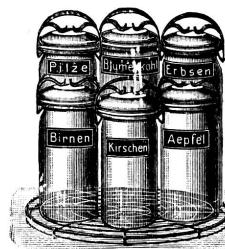
**Reise-Verband-Etuis**

**Reise-Flacons**

3771] **Reise-Luftkissen**

Hausmann's Sanitätsgeschäfte

Basel Genf ST. GALLEN Zürich.



## Weck's Sterilisier-Gläser

zum **Selbstkonservieren** im eigenen Hause von **Obst, Beeren, Gemüse, Fleisch**

**Fruchtsäften, Kindermilch.**

Einfachstes Verfahren.

Wasserhelle, äußerst widerstandsfähige Gläser. Obligatorisch eingeführt an den meisten Haushaltungs- und Landw. Schulen.

Prospekte franko. F. J. Weck, Zürich. Prospekte franko.



## Beck's Wollseife

Beste Seife zum Waschen von **wollenen Unterkleidern, Kinderwäsche, Strümpfe, Decken etc.** Die Wolle bleibt **weich** und **geschmeidig** und geht nicht ein. Gebrauchsweisung bei jedem Stück. Ueberall zu haben.

Telephon **Bad Forstegg.** Fuhrwerke  
**Salez-Sennwald**

Das Mineralwasser wurde schon im Jahre 1829 von Herrn Dr. Rüsch in Speicher als heilkraftiges Wasser sehr warm empfohlen, namentlich gegen Speicher, Glieder- und Nervenkrankheiten, Gicht, Magenschwäche etc. Vorzüglicher Aufenthalt für Erholungsbedürftige, Rekonvaleszenten etc. Prospekte gerne zu Diensten. Pensionspreise billigst.

Es empfiehlt sich höflich

[3782]

**J. Leuthold.**

## Soolbad Laufenburg (Schweiz).

Altrenommiertes, der Neuzeit entsprechend eingerichtetes Bade- und Kuretablissement. Grosses Gartenanlagen. Terrassen in unvergleichlich schöner Lage direkt am Rhein. Soolbäder, Kohlensäure-Soolbäder, Fichtennadel-Bäder. Badezimmer im 1. Stock. Hoch- und Sitzdouchen, Massage etc. Prospekte gratis.

[3668]

Der Kurarzt: Dr. med. Beck-Borsinger.

Der Besitzer: Xav. Suter, Sohn.

**Chocolat & Cacao**



**SPRÜNGLI**

## Spezialität

in [3272]

**kräftigen**  
und  
feinschmeckenden

## Koch-Chocoladen

in Pulverform.

Rascheste Kochbereitung.

## Knaben-Institut & Handelsschule

Clos-Rousseau, Cressier b. Neuenburg.

Gegründet 1859.

[3279]

Ziehung Wangen 30. Juni.

**Kirchenbau-**

## LOSE

Wangen bei Olten (Alleindepot), sowie Zuger Stadttheater-Lose II. Emission, versendet à Fr. 1.— und Ziehungslisten à 20 Cts. das Hauptloseversand-Depot Frau Haller, Zug. Haupttreffer Zug 30,000 und Wangen 15,000 Fr. Auf 10 ein Gratislos, auch wenn von beiden Sorten. [3664]

Mme. C. Fischer, Theaterstrasse 20, Zürich, übermittelt frco. u. verschlossen gegen Einsend. von 30 Cts. in Marken ihre Broschüre (7. Auflage) über den

## Haarausfall

und frühzeitiges Eigranen, deren allgemeine Ursachen, Verhütung und Heilung.

[3030]



**Freiburger homöopathischen Gefundheitsstafette**  
ist Jahrzehnten auferkannt bester Kaffeequalit.  
„Für „dah“ mit nebenliegender Schutzmarke  
„Dieretef“. Nachahmungen welche man zurückt.  
9886

## Amerikanische Badehauben

Aus feinstem Paragummi. Ganz dünn und federleicht, eng an den Kopf anschmiegend, äusserst angenehm im Tragen und absolut wasserdicht.

In 2 Grössen vorrätig zum Preise von Fr. 3.— per Stück.

Hausmann's Sanitätsgeschäfte St. Gallen  
Basel — Davos — Genf — Zürich.



# Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

---

St. Gallen

Nr. 7.

Juli 1905

---

## Die Extractivstoffe des Fleisches und die menschliche Ernährung.

---

Über den großen Wert der Extractivstoffe des Fleisches für die menschliche Ernährung äußert sich in der „Deutschen medizinischen Wochenschrift“ der japanische Arzt, Dr. Koomoji Saraki, zur Zeit an der Universität Berlin. Er gelangt nach den von ihm und anderen Forschern angestellten wissenschaftlichen Versuchen zu folgendem Schlusse:

„Aus alledem ergibt sich, daß die Darreichung von Extractivstoffen des Fleisches (Fleischbrühe, Liebigs Fleischextrakt u. s. w.) kurze Zeit vor der Aufnahme der eigentlichen Nahrung die Magenschleimhäute disponiert, auf die Nahrung mit einer viel intensiveren und nachhaltigeren Produktion eines verdauungskräftigen und in seinem Säuregehalt höherwertigen Saftes zu reagieren, als es der Schleimhaut ohne die voraufgegangene Gabe dieser Extractivstoffe möglich ist.“

„Jetzt verstehen wir auch, warum wir Kranken, bei denen die sekretorische Magenfunktion darniederliegt, bei denen, wie z. B. bei Fiebernden, die Säurebildung herabgesetzt ist, mit Vorteil Bouillonsuppe geben, und man wird künftig bei der Darstellung der diätetischen Bedeutung der Extractivstoffe des Fleisches auf Grund dieser Versuche mehr ihren sekretionsfördernden Einfluß betonen müssen, als das bisher geschehen ist.“

## Salzen und Persalzen.

---

Das Salzen gehört mit zu den notwendigsten Ingredienzen. Da es Nahrungsmittel gibt, die mehr, andere wieder weniger Salz erfordern, so müssen wir uns über das zweckmäßigste Verfahren klar machen, denn nicht nur die Güte, sondern auch der Wohlgeschmack der Speisen hängt davon ab. Hülsenfrüchte wie Erbsen, Linsen, Bohnen

salzt man erst dann, wenn sie vollständig weich sind; kocht man sie dagegen mit Fleischbrühe, so ist ein Salzen nicht erforderlich, da Fleischbrühen schon von vornherein gesalzen werden müssen. Schweinfüße, Kalbskopf, Gefröse &c. müssen vor dem Kochen gesalzen werden, da sie sonst nicht gerade sehr angenehm schmecken. Seefische müssen mehrere Stunden eingesalzen werden, um gut zu schmecken. Fische aus süßen Gewässern erfordern dagegen zu ihrer Zubereitung lange nicht eine so große Quantität Salz. Bei letzteren muß man ferner beachten, daß daß die in Flüssen lebenden Fische weniger Salz brauchen, als die, welche sich in stehenden Teichen aufhalten, wie z. B. Schleie und Karavischen. Man hüte sich, Geflügel zu versalzen, das zarte Fleischfasern hat, da dieses gegen Salz sehr empfindlich ist. Im allgemeinen reibt man Hühner, Enten, Gänse u. s. w. von innen mit Salz ein. Hat man Fleisch einzusalzen, so ist zu beachten, daß Kindfleisch mehr gesalzen werden muß als Schweinefleisch.

### Etwas über das Frühstück.

**D**as Frühstück besteht bei uns zumeist aus Tee, Kaffee, Milch oder Schokolade und einem oder mehreren Brötchen. Das opulente Frühstück der Engländer mundet uns nicht, weil wir eben daran nicht gewöhnt sind. Ist es nun wirklich ungesund, in der Frühe eine kompaktere Mahlzeit zu sich zu nehmen? Lange herrschte darüber auch in medizinischen Kreisen ein Streit.

Heute ist es erwiesen, daß die Engländer vollkommen recht haben, wenn sie gleich nach dem Aufstehen ordentlich essen. Der Magen hat in der Nacht ausgeruht und ist Morgens mehr als sonst fähig, größere Nahrungsmengen aufzunehmen. Die meisten Menschen empfinden auch Morgens ein deutliches, oft sogar sehr heftiges Hungergefühl. Dessenungeachtet trinken sie blos eine Tasse Kaffee oder Tee und nehmen ein trockenes Brötchen dazu. Da manche, die sich zum Frühstück keine Zeit nehmen, stürzen den leeren Kaffee rasch hinunter und gehen an die Arbeit. Um zehn Uhr oder noch früher stellt sich dann meist großer Hunger ein. Doch auch dieser wird nicht gestillt, sondern meist ein sehr dürftiges Gabelfrühstück genommen. Man darf sich ja nicht den Appetit zum Mittagsmahl verderben. Ist nun die Mittagszeit da, so setzen sich die einen heißhungrig zu Tisch und verschlingen die Speisen im wahrsten Sinne des Wortes. Der Magen antwortet darauf nicht selten mit allerlei Beschwerden nach einer solchen hastigen Mahlzeit. Die anderen haben den Hunger, der sich früh oder vormittags so schön einstellte, wie man zu sagen pflegt, „übertaucht“, und können nun mittags erst recht nicht viel essen, weil kein Appetit da ist. Chronische Magen-

Katarrhe sind dann meist die Folge dieser schlechten Gewohnheit. Herrvorragende Magenspezialisten empfehlen daher jetzt eindringlich, ordentlich zu frühstücken. Dann kann man eventuell bis mittags aushalten. Für Leute mit schwachem Magen empfiehlt es sich aber, auch vormittags etwas zu sich zu nehmen und nicht den Nahrungsbedarf durch zwei große Mahlzeiten — Mittags und Abends — zu decken. Die Sitte der Engländer, gut zu frühstücken, um zwölf Uhr eine mittlere Mahlzeit einzunehmen, die Hauptmahlzeit aber erst auf sechs Uhr abends zu versetzen, ist daher vom diätetischen Standpunkte sehr zweckmäßig, wenn sie sich auch bei uns schwerlich einbürgern dürfte. Ordentlich frühstücken aber sollte jeder, der seinen Magen gesund erhalten will.

### Rezepte.

#### Erythroblast und gut befunden.

**Feine weiße Mehlsuppe.** In etwa 3 Liter Knochenbrühe oder Wasser werden ein eingeschobenes Stückchen Butter und 3—4 größere zerschnittenen Zwiebeln auf mäßigem Feuer eine Stunde gekocht und durchgestrichen. Währenddem wird in einem Topf 100—120 Gramm Mehl mit  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser zu einem glatten Teiglein angerührt, das man eine Stunde stehen lässt und sodann in der durchpassierten Brühe noch 1 bis  $1\frac{1}{4}$  Stunden fertig kocht. Die Suppe muss gläsern und ja nicht trübe aussiehen. Etwa 20 Minuten vor dem Anrichten wird eine Tasse Rahm oder ungekochte Milch in die Suppe gegeben, die dann über 50 bis 70 Gr. Butter und einen Theelöffel „Maggi Würze“ angerichtet wird.

\*

**Weinsuppe.** Für 3 Personen. Nicht zu frisches, in kleine Würfel geschnittenes Weißbrot, ca. eine Hand voll, wird in heißer Butter hellbraun gebacken, mit einer Schaumkelle herausgehoben und in 3 Deziliter Wasser fünf Minuten gekocht, dann wird  $\frac{1}{2}$  Liter Weißwein und eine Hand voll Zucker dazu gethan und wieder zum Siedepunkt gebracht. Unterdessen werden 3 Eier gut zerklöpfst, die nicht kochende Suppe ganz langsam unter stetem Rühren daran geschüttet, nochmals in die Pfanne auf schwaches Feuer und stetes Rühren ca. 3 Minuten, bis die Masse etwas crèmeartig wird, dann servieren.

\*

**Schweinefleisch in Gelee.** Bereitungszeit:  $2\frac{1}{2}$ —3 Stunden. — Für 8 Personen. — Zutaten: 2 Kilo durchwachsenes Schweinefleisch, 3 Liter Wasser, 7 Esslöffel Weinessig, 40 Gramm Salz, 60 Pfefferkörner, 2 große Lorbeerblätter, 2 große Zwiebeln,  $\frac{1}{2}$  Selleriekölle, 1 kleines Stückchen Muskatblüte, 55 Gramm Gelatine und 15 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt. (Man denke nicht, das Fleisch-Extrakt sparen)

zu können, da das Gericht dann ganz bedeutend an Wohlgeschmack verlieren würde.) Zu diesem Gerichte nimmt man am besten den sogen. Nackenbraten, der gleich neben der Schulter abzuschneiden ist, ein schönes, durchwachsenes Stück Fleisch, das gewöhnlich ungefähr 2 Kilo wiegt und selbst in einem kleinen Haushalte, da das Gelee-Fleisch sich an einem kühlen Orte sehr lange frisch erhält, ohne Verschwendungen verwendet werden darf; auch lässt es sich sehr gut, wenn nötig, wieder aufkochen. Das Fleisch kocht man unzerkleinert in einem Bunzlauer Topfe, in 3 Liter Wasser und mit allen Gewürzen langsam gar, 15 Gr. aufgelöstes Liebigs Fleisch-Extrakt hinzufügend. Sobald sich das Fleisch gut mit einer Spicknadel durchstechen lässt, nimmt man es vorsichtig mit einer Schaumkelle heraus und legt es zum Erkalten auf eine Schüssel. Die Brühe, welche soweit eingekocht werden muß, daß sie noch reichlich  $2\frac{1}{2}$  Liter ergibt, gießt man durch ein Bouillonseib und lässt sie langsam heiß werden. Dann nimmt man auf  $2\frac{1}{2}$  Liter Brühe 55 Gramm weiße Gelatine; diese legt man, wie bekannt,  $\frac{1}{4}$  Stunde in kaltes Wasser, worin sie weich wird, drückt sie aus und gibt sie in die heiße Brühe. Dann zerschneidet man das Fleisch in passende Stückchen, legt diese in eine tiefe Schüssel oder Form (sehr hübsch ist eine Fischform dazu) und gießt die Brühe darüber. Nachdem das Gelee fest geworden, lässt es sich stürzen, wenn man die Form einen Augenblick über dampfendes Wasser hält. Sehr gut sieht es aus, wenn man von der Brühe eine Kleinigkeit mit roter Gelatine steif macht, dies, erkaltet, auf einem Brett hackt und davon einen Kranz um den gestürzten Fisch legt. Man gibt eine pikante Sauce dazu.

\*

**Kalbshirn für Kranke.** Zeit der Bereitung 1 Stunde. Vor allen Dingen muß das Kalbshirn gut gewässert werden, dann setzt man es mit kaltem Wasser auf, lässt es darin heiß und steif werden, fühlt es in kaltem Wasser ab und häutet es dann sorgsam. Es wird mehrere Male leicht eingehackt, dann mit Salz bestreut und in zerlassener Butter durchgeschmort, mit wenig Mehl bestreut, mit einigen Tropfen Citronensaft beträufelt und mit einigen Löffeln Fleischbrühe aus Liebigs Fleisch-extrakt begossen. In 30 Minuten wird das Hirn gar sein, worauf man noch 5 Gramm Fleisch-Pepton der Compagnie Liebig an die Sauce thut. Noch verdaulicher wird das Hirn, wenn man es nach dem Häuten durchstreicht und in Breiform dünstet.

\*

**Zunge an Sauce.** Eine frische Zunge, sei sie vom Kind, Kalb oder Schwein, wird gekocht wie das Rindfleisch mit genügend Suppenkräutern, damit sie recht kräftig wird. Ist sie weich geworden, so nimmt man sie heraus, zieht nach einigem Verkühlen die Haut ab, macht

folgende Sauce und hält sie bis zum Anrichten in der Küche warm. Nun röstet man etwa zwei Kochlöffel voll Mehl in Butter hellgelb, löscht mit der Zungenbrühe ab, gibt Citronensaft, Kapern, Muskatnuß und etwas feingehackte Petersilie hinzu, läßt sie ein wenig kochen und gießt sie über die in dünne Scheibchen geschnittene Zunge.

\*

**Italienisches Ragout.** 10 Personen. — 1 Stunde. — Man kocht 180 Gramm echte Macaroni in gesalzenem Wasser mit ein wenig Butter eine halbe Stunde langsam weich, schneidet sie in Stückchen, thut das würflig geschnittene Fleisch von zwei bis drei gebratenen Rebhühnern, 200 Gramm würflig geschnittenen, gekochten mageren Schinken, mehrere von den Blättern befreite, in starker Brühe von Liebigs Fleischextrakt und einem Glase Weißwein, gekochte, in Stücke geschnittene Artischocken-Böden hinzu und macht alles in einer kräftigen, dicklich eingekochten Tomaten-Sauce heiß.

\*

**Feines Abendgericht.** Von zartem Schinken werden dünne Scheiben geschnitten. Nachdem in einer Pfanne ein Stück Butter heiß gemacht worden ist, gibt man die Tranchen hinein, dämpft auf beiden Seiten einige Sekunden, richtet dann schnell an und stellt warm. In die zurückgebliebene Butter gibt man ganz wenig Mehl, bereitet so eine hellblonde, dünnflüssige Schweiße, gibt ein Drittel dicken Rahm bei, sowie eine Prise weißen Pfeffer, röhrt gut durch und kräftigt beim Anrichten mit einigen Tropfen „Maggis Suppenwürze“. Die Sauce wird über die Tranchen gegossen und sofort serviert.

\*

**Feine Sauce zu jeder Art von kaltem Fleisch.** Gehackte Schalotten, gehackte harte Eier, Kräuter, Orangenschale, Johannisbeergelee, Rotwein, etwas Orangensaft und Cayennepfeffer röhrt man zusammen und gibt es kurz vor dem Anrichten über das in zierliche Scheiben zerschnittene und bergartig angerichtete Fleisch. Zur Abwechslung kann man auch etwas Öl und Weinessig mit darunter röhren. Diese Sauce ist ganz vorzüglich.

\*

**Blumenkohl mit Tomatensauce.** Der Blumenkohl wird in Salzwasser weich gekocht und, wenn abgetropft, auf eine Platte angerichtet und zugedeckt. Vorher setzt man 4—6 schöne, reife Tomaten mit etwas Wasser und einem Bouquet Kräuter aufs Feuer, läßt sie recht weich kochen und filtriert den Brei durch ein Haarsieb. Dann zerläßt man in der Pfanne ein reichliches Stück Butter mit einem halben Löffel voll Mehl und setzt dieses mit so viel Bouillon zu den Tomaten, daß

sich eine seimige Sauce ergibt, die mit Liebigs Fleischextrakt gebrästigt wird. Nachdem sie nach Bedarf gesalzen und gepfeffert noch einmal aufgekocht wurde, wird sie über den Blumenkohl angerichtet.

\*

**Griesmehl-Auflauf.**  $\frac{1}{2}$  Liter nach Bedarf gesüßte Milch wird zum Kochen gebracht, 1 Tasse Griesmehl hineingequirkt, zu dickem Brei gekocht und nachher verkühlt. 6 verrührte Eigelb und der Schnee vom Eiweiß wird sorgfältig unter den Brei gerührt, in gut ausgebutterte, mit Paniermehl oder Brotbröseln ausgestreute Form gegeben und zwanzig Minuten in mittlerer Hitze gebacken.

\*

**Gurkengemüse.** Man lasse die geschälten und in Stücke geschnittenen Gurken in Salzwasser halb weich kochen. Unterdessen thut man ein Stück Butter oder in feine Würfel geschnittenen Speck in einen Tiegel, lasse diese mit etwas Mehl und feingeschnittenen Zwiebeln (die jedoch etwas später hinzukommen, weil sie sonst leicht zu dunkel werden) dunkelgelb schwitzen, füge einige Kellen des Gurkenwassers unter stetem Rühren, damit keine Klümpchen entstehen, hinzu, nebst einigen Löffeln Essig und einer Kleinigkeit Zucker, der auch nach Geschmack fortbleiben kann. Lasse dies zusammen zu einer seimigen Sauce aufkochen, gieße sie über die zuvor rein abgeschütteten Gurken und lasse sie darin vollends weich kochen. Als Beilage zu diesem wohlschmeckenden Gemüse eignen sich besonders gebratenes Fleisch, Bratwurst oder Kotelettes.

\*

**Kohlraben braun gedünstet.** Man schält und schneidet schöne Kohlraben in nicht zu dünne Scheiben, brüht sie mit kochendem Wasser und thut sie dann in ein Gefäß, in dem man etwas Zucker und reichlich Butter gebräunt hat. Man schwenkt sie fünf Minuten hierin, stäubt dann etwas Mehl darüber und fügt eine halbe Tasse gute Bouillon oder Wasser mit Liebigs Fleischextrakt, sowie Salz und etwas Pfeffer zu. Man dünstet die Kohlrabi langsam weich, würzt sie zuletzt mit gewiegter Petersilie und etwas Muskatnuß.

\*

**Rhabarber-Marmelade.** Kurz geschnittene Rhabarber-Stengel werden mit schwach gleich schwer Zucker vermischt und über Nacht stehen gelassen. Nun gießt man die Flüssigkeit ab, lässt sie zum Faden einkochen, gibt die Stengel dazu und kocht alles, vom Zeitpunkte des Wiederkochens an gerechnet, noch 15 Minuten auf gelindem Feuer.

\*

**Kalter Reispudding.** Man kocht ungefähr eine Tasse Reis mit 1 Liter Milch, etwas Vanille und genügend Zucker weich, jedoch darf

der Reis nicht verkochen. Zuletzt röhrt man noch einen halben Liter geschlagenen Rahm leicht darunter, füllt die Masse in eine mit Milch ausgespülte Form und stellt sie bis zum Gebrauch in den Keller.

\*

**Kartoffel-Nudeln.** Gesottene Kartoffeln werden geschält und gerieben, dann gibt man sie auf das Nudelbrett, streut so viel Mehl darüber, daß die Masse, wenn man sie mit Händen tüchtig mengt, trocken wie Gerste wird, dann mengt man ein Ei und lauwarmes Wasser darunter, so viel, daß der Teig gut zum Auswalten ist. Man walzt ihn jedoch nicht aus, sondern formt mit der Hand etwa 3 Centimeter lange Würstchen, die man in kochendes Salzwasser gibt, in welchem sie kochen müssen, bis sie obenauf schwimmen. Inzwischen röstet man in Butter eine Portion Gries mit etwas Salz schön gelb und gibt ihn über die mit einem Schaumlöffel auf eine heiße Platte angerichteten Nudeln.

\*

**Grieswürstchen mit Wein.** Koche  $\frac{7}{10}$  Liter Milch mit 200 Gramm Gries, gebe Zucker dazu und lasse es dicklich werden, mache Würstchen davon, tauche sie in abgeschlagene Eier, kehre sie in Paniermehl um und backe dieselben in Schmalz; hierauf lege eine Reihe Würstchen auf eine Schüssel und bestreue sie mit Zimmt und Zucker, dann gebe man Zwiebeln darauf und wieder Würstchen, und so fort, gieße alsdann  $\frac{2}{10}$  Liter gezuckerten Rotwein darüber und lasse das Ganze so lang dünnen, bis nur noch etwas Sauce übrig bleibt.

\*

**Kalter Eierpunsch.** In ein Schneebeken gießt man einen guten halben Liter Wasser, röhrt darin 400 Gramm Zucker, sowie das Gelb von einer halben Citrone oder Apfelsine, 3 ganze Eier und 4 Dotter, sprudelt oder peitscht die Mischung gut ab, gibt dann  $\frac{1}{2} - \frac{3}{4}$  Liter guten, weißen Wein dazu, und schlägt den Punsch über Glut heiß und dicklich, ohne daß er zum Kochen kommt. Nun mischt man noch den Saft von drei Apfelsinen oder zwei Apfelsinen und einer Zitrone, sowie  $\frac{1}{4}$  Liter feinen Rhum oder Arak dazu, seift den Punsch durch ein Sieb und stellt ihn kalt.

\*

**Wein-Kaltschale mit Erdbeeren.** Etwa 1 Pfund gut gelesene Erdbeeren werden in eine Suppenterrine geschüttet, mit 100 Gramm gestoßenem Zucker vermischt und eine Stunde stehen gelassen, worauf man sie mit 1 Liter Weißwein, ebenso viel Wasser und dem Saft einer Zitrone übergießt, die Kaltschale nach Belieben noch versüßt und mit einer Messerspitze voll gestoßenem Zimmt überstreut.

**Zuckererbsen einzumachen:** Die Erbsen kommen in saubere, vollkommen trockene Flaschen. Beim Füllen schlägt man die Flaschen wiederholt auf den Tisch, damit sich die Erbsen setzen, wodurch die Flasche bedeutend mehr aufnehmen wird. Sind diese voll, so werden sie mit in lauwarmem Wasser angefeuchteten Pergamentpapier doppelt überbunden. Nun kommen die Flaschen, mit Stroh und Heu umwickelt, in einen Kessel, in welchen man bis zur Flaschenhals-Höhe kaltes Wasser hineinfüllt, das langsam zum Kochen gebracht wird. Da das Wasser leicht verdunstet, muß hin und wieder kochendes nachgegossen werden. Nach  $\frac{3}{4}$ -stündigem Kochen wird der Kessel vom Feuer gestellt, man läßt alles zusammen erkalten, und nimmt dann die Flaschen aus dem Wasser, um sie an kühlsem, trockenem Orte aufzubewahren.

\*

**Ersatz für den Eisschrank.** Wer im Besitze eines Selbstkochers ist, dem rate ich, auf dessen Boden ein tiefes Gefäß mit frischem Brunnenwasser, welches öfters erneuert werden muß, zu stellen und über demselben die kühl zu haltenden Speisen, auch Butter &c. und Getränke. Für die ganz heißen Monate nimmt man statt dem Wasser etwas Eis,wickelt es tüchtig in Flanell und legt dies in eine Schüssel, die groß genug sein muß, um das geschmolzene Eis aufzunehmen. Man wird staunen, wie frisch die Speisen, auf diese Art aufbewahrt, erhalten bleiben.

\*

**Dem Gemüse seine schöne Farbe zu erhalten.** Soll das frische Gemüse seine schöne grüne Farbe behalten, so bringe man es stets mit kochendem Wasser zum Feuer und lege während des Abköchens keinen Deckel auf den Topf. Auch spült man mit kaltem Wasser nach, bevor man das Gemüse in die Bouillon &c. gibt, in welcher es fertig gemacht werden soll.

\*

**Geplätzte Kartoffeln** werden bekanntlich besonders gern auf den Tisch gebracht, indes bleiben die Wünsche nach dieser Richtung hin häufig unerfüllt. Sollen Kartoffeln ihren feinsten Geschmack erreichen, so wasche man sie erst unmittelbar vor dem Kochen, setze sie mit kaltem, leicht gesalzenem Wasser an, lasse sie darin halb fertig kochen, erzeuge dann dieses Wasser durch siedendes, ebenfalls gesalzenes und lasse schnell kochen. Sobald die Kartoffeln weich sind, schrecke man mit etwas kaltem Wasser ab; so behandelt, platzt jede Kartoffel, behält aber trotzdem ihren höchsten Wohlgeschmack.