

Objektyp: **Issue**

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

Band (Jahr): **28 (1906)**

Heft 14

PDF erstellt am: **30.04.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

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

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

<http://www.e-periodica.ch>

Schweizer Frauen-Zeitung.

28. Jahrgang.

Organ für die Interessen der Frauenwelt.



Abonnement.

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

Gratis-Beilagen:

„Koch- und Haushaltungsschule“
(erscheint am 1. Sonntag jeden Monats).
„Für die kleine Welt“
(erscheint am 3. Sonntag jeden Monats).

Redaktion und Verlag:

Frau Elise Honegger.
Wienerbergstrasse Nr. 7.
Telephon 376.

Insertionspreis.

Per einfache Petitzeile:
Für die Schweiz: 25 Cts.
das Ausland: 25 Pfg.
Die Reklamezeile: 50 Cts.

Angabe:

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

Annoncen-Begle:

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

St. Gallen

Rechts: Immer treibe zum Gange, und laß dich selber kein Ganges
Rechts: als blosses Glas schließ an ein Ganges dich an!

Sonntag, 8. April

Inhalt: Gedicht: Frühlingstürme. — Bewegung — das tägliche Brot des gesunden Körpers. — Wie sollen wir unsere Töchter ausbilden? — Unnatur. — Die Ueberfütterung der Kinder. — Sprechsaal. — Feuilleton: Die Kleine. — Feuilleton: Gängen und Bängen.

Erste Beilage: Briefkasten. — Neues vom Büchermarkt. — Neklamen und Inserate.
Zweite Beilage: Gedicht: Ein eigen Grundstück. — Neues vom Büchermarkt. — Neklamen und Inserate.

Frühlingstürme.

Laßt sie tosen, laßt sie brausen,
Frühlingstürme sind es ja;
Wenn die Erde sie umlaufen,
Ist der Lenz, der Lenz uns nah! —

Auch im Herzen muß es stürmen,
Wenn es Frühling werden will;
Wenn sich drohend Wolken türmen,
Menschenkind, halt' ruhig still! —

Sieh, meist bricht das wilde Tosen
Schneller Bahn als Sonnenschein —
Bald wird lieblich dich umtosen
Blütenduft: der Lenz zieht ein! — m. m.

Bewegung — das tägliche Brot des gesunden Körpers.

Der menschliche Organismus und seine Lebensbedingungen beruhen auf der gleichmäßigen Entwicklung seiner geistigen und körperlichen Kräfte. Ihre Harmonie bedeutet seine Gesundheit. Uebung und Arbeit steigert diese Kräfte; deren Mangel bewirkt die Verkümmern der Organe, Störung ihrer Funktionen und damit Krankheit und vorzeitigen Tod. Geistige und körperliche Arbeit mit Ruhepausen im richtigen Verhältnis gewähren Vollkraft und Wohlbefinden, jene eigentliche Würze des Lebens, nach welcher der geistig Träge und der körperlich Bequeme vergeblich schmachtet. Einseitige Anstrengung des Körpers, insbesondere aber des Geistes, führt zu Siechtum und Beschwerden und untergräbt auf die Dauer die Gesundheit, das kostbarste Gut des Menschen.

So allgemein anerkannt diese hygienischen Lehren sind, so oft wird dagegen gesündigt. Der geistige Arbeiter, der unsern „Volk der Denker“ das Gepräge gegeben, richtet seine Kraft nur gar zu einseitig und oft ausschließlich auf die Tätigkeit von Hirn und Nerven, indem er darüber die Anforderungen seines Körpers übersteht. Der bequeme Genüßmenschen, an dem unser augustinisches Zeitalter beim wachsenden Luxus und zunehmender Verweichlichung immer reicher wird, trachtet in seinem Wohlleben danach, sich die Genüsse dieses

Lebens zu eigen zu machen, ohne sie sich durch körperliche Anstrengung zu verdienen. Unser Organismus aber richtet streng und unnachlässig über Verträge gegen seine Gebote und tausendfache Beschwerden sind die Folgen der dauernden Vernachlässigung eines allseitigen und allgemeinen Kraftgebrauches.

Die körperliche Tätigkeit ist aber für das Gedeihen des Organismus noch um vieles unentbehrlicher als die geistige. Unser ganzes organisches Leben stellt einen ununterbrochenen Wechsel dar zwischen der Ausscheidung des durch den Lebensprozess verbrauchten und der Aufnahme und Anbildung neuen organischen Stoffes aus der Nahrung. Aus seiner Verbrennung mit Hilfe des eingeatmeten Sauerstoffes entzündet sich fort und fort die Lebensflamme vom ersten Atemzuge bis zum letzten Todeshauch. Je mehr dieser Stoffumsatz angeregt und befördert wird, um so mehr wird der Organismus Kraft entfalten und an Lebensdauer gewinnen, während ungenügender Stoffverbrauch Siechtum und frühzeitiges Altern, Störung des Stoffwechsels aber Krankheit und vorzeitigen Tod herbeiführen. Die Anregung und Förderung der Stofferneuerung erfolgt durch die Tätigkeit der Organe.

Die Bedeutung der Bewegung für den Organismus. Der Muskel- und Knochenapparat ist dasjenige System des Körpers, welches durch seine Tätigkeit, die Zusammenziehung der Muskelfaser, die Körperbewegung bewirkt. Die Arbeit der Muskulatur ermöglicht infolge ihrer massenhaften Entwicklung am Körper am schnellsten und kräftigsten einen allgemeinen Stoffumsatz. Die Bewegung erneuert und verjüngt das Blut, das die gemeinjamme Quelle der Ernährung aller Organe ist, und mit der Bewegung wird nicht nur der ganze Blutumlauf mechanisch durch das Weiterpressen des Blutstromes beschleunigt, sondern auch die Blutbildung und Blutmischung sowie Entmischung infolge Ausscheidung durch Lunge, Haut und Darm gefördert: kurz durch die Muskelthätigkeit wird das gesamte Kreislaufwerk des Organismus in erhöhtem Schwung gesetzt. Mit der Bewegung einher geht die augenblickliche Vermehrung und Verstärkung des Herz- und Pulschlag, die Vertiefung der Atemzüge, die Steigerung der Körpertemperatur und bei längerem erhöhtem Stoffumsatz das gesteigerte Verlangen nach Speise und Trank. Mit der Bewegung steigt die Ausscheidung durch Atmung, Schweisssekretion und Verdauung, und tiefer, erquickender Schlaf ist ihre wohlthunende Folge. Bleibender Gewinn nach der Bewegung aber ist: stärkere Lebensenergie und größere Widerstandskraft gegen

Anstrengungen aller Art, gegen die Einwirkungen von Hitze oder Kälte, Hunger oder Durst, aber auch gegen die unsichtbaren, langsam schleichenden Feinde des Organismus, die die moderne Kultur züchtet, und welche nicht zuletzt die Bazillen und Bakterien, die Zerstörer alles Lebenden, darstellen.

Und die sichtbare Folge der Bewegung und Muskelthätigkeit? Der Körper wird fester und straffer, die Ablagerung von unnützem Fett und schlaffem Zellgewebe, die unruhigsten Zeichen mangelhafter Blutzirkulation und verlangsamten Stoffwechsels, schwinden; die Korpulenz und die Nervosität, die vielbeklagten Folgen sitzender oder bewegungsarmer Lebensweise und die schmerzhaft unangenehme Beigabe übermäßigen Lebensgenusses, weichen: mit der Bewegung kehrt wieder die natürliche Form und damit die Schönheit des Körpers, und der Mensch wird wieder das Ebenbild des Schöpfers, der ihn sich zum Bilde geschaffen.

Muskelthätigkeit stellt aber nach Professor du Bois-Reymond nicht nur Muskel-, sondern auch Nervengymnastik dar, und so ist bei den innigen Wechselbeziehungen zwischen Muskel- und Nervensystem eine individuell entsprechende Körperbewegung eng verbunden mit einer kräftigenden Erregung der Nerven, die bei Ueberreizung, Ueberarbeitung und krankhafter Spannung heilsam entlastet werden. Daher die beiden Nerven, deren Zahl in unserer Zeit Legion ist, so willkommen ableitende und ausgleichende, das Gemüt aufhellende Wirkung der Muskelthätigkeit, die gleichbedeutend ist mit körperlichem und gemüthlichem Wohlbefinden. Körperliche Arbeit bedeutet aber auch für den geistigen Arbeiter die Uebung des Willens im Vollbringen körperlicher Leistungen und im Ueberwinden von Schläftheit und Bequemlichkeit. So resultiert aus der Bewegung auch für das Nervensystem als dauernder Gewinn die Erstarkung des Willens und der Thätigkeit, mit anderen Worten der Sieg des Geistes über den Körper, und damit die Niederlage auch jener moralischen Feinde, die, aus Luxus und verfeinertem Lebensgenüß geboren, dem verweichlichten Organismus überaus gefährlich sind.

Bewegung und Muskelthätigkeit ist schließlich von hervorragendstem, nicht bloß lokalem Einfluß auf die Beweglichkeit der Gelenke, die Festigkeit der Knochen und ihrer Verbindungen, und damit nicht minder auf die Form und Funktion der großen für Leben und Gesundheit wichtigsten Organe der Brust- und Leibeshöhle. Es braucht hier nur an die Bedeutung der Brustmuskeln für den Stoffaustausch zwischen Blut und Atmosphäre, der Bauchmuskeln für die Gesundheit

der Unterleibsorgane und der Rückenmuskeln für die Geradhaltung des Körpers erinnert zu werden, deren gesundes Funktionieren durch die allgemeine Körperbewegung vornehmlich und auf das sichtbarste gefördert und gestärkt wird und ein allgemeines Wohlbehagen im Gefolge hat.

Wahrlich, nicht mit Unrecht sagt der Physiologe Professor Birch-Hirschfeld: Der Mensch, dessen Körper durch Bewegung und Muskelthätigkeit über gesunde Gelenke und kräftige Muskulatur verfügt, gedeiht unter Wohlbefinden und strahlt Lebensfreude und Lebensenergie auch auf die anderen Menschen aus. Dr. G. Zander.

Wie sollen wir unsere Töchter ausbilden?

Die Antwort lautet fast immer: Eine Jede soll soviel lernen, daß sie später selbständig einen Beruf treiben, eine Stelle bekleiden und ihr Brot verdienen kann, also nicht aufs Heiraten oder auf die Unterstützung der nächsten Angehörigen angewiesen ist. — Aber was lernen? Da gibt es eine Menge „wenn“ und „aber“ zu bedenken; da muß man Rücksicht nehmen auf die Anlagen, die äußern Verhältnisse und Geldmittel, auf die besondern Liebhabereien und auch auf die Ansichten, Hoffnungen und Ansprüche, die man an die Berufswahl knüpfen darf. Wohl Allen, bei denen die Begabung und der eigene Wunsch berücksichtigt werden kann, und denen es ermöglich wird, den Beruf zu wählen, den sie sich mit ganzer Seele vorgezeichnet haben. Wieviel leichter werden dann alle unvermeidlichen Hindernisse überwunden, wie läßt sich da eher ein günstiger Erfolg erwarten, denn „Luft und Liebe zu einem Ding, macht alle Müß“ und Arbeit gering.“ Der Beruf, von dem man träumt, ist oft gar nicht so glänzend bestellt, und die Enttäuschung bleibt nicht aus. Eine Lehrerin, Erzieherin, Gesellschafterin, eine Bureau-Angehörige, Verkäuferin, Telegraphistin, oder eine solche, welche mit Handarbeiten ihr Brot erwirbt, — wie müssen Sie alle so sehr Rücksicht nehmen auf Gesetze und Vorschriften, auf Gebräuche und Bedingungen, sogar auf Wunderlichkeiten und Eigentümlichkeiten. Sie sind von allen diesen abhängig und können leicht ihre Stellung verlieren, wenn sie sich nicht zu fügen verstehen.

Gesagtes soll nicht den Zweck haben, die Eltern allzu ängstlich und besorgt, oder die jungen Mädchen müde und ratlos zu machen, nur gebe man sich keinen Illusionen hin und erwarte nicht zu viel von der Zukunft, man nütze lieber voll und ganz die Gegenwart aus. Zum einstigen Glück unserer Töchter muß der Grundstein schon im Elternhause gelegt werden, sonst gibt es nur ein Luftschloß, das beim geringsten Stoß zusammenstürzt. Warum die Mädchen nur lernen lassen, wie sie erwerben, und nicht vor allem, wie sie erlernen können? Viele Eltern gewöhnen sie in verblendeter Güte an so mancherlei Bedürfnisse, deren Befriedigung ihnen später oft viel Kopfschmerzen macht. Warum lernen sie nicht vor allem sich mit Wenigem zu begnügen, und auch in den bescheidensten Verhältnissen zufrieden und frohlich zu sein? Das wäre die schönste und beste Kunst, die später überall verwendet werden kann und goldene Früchte trägt, ob man sein Brot unter Fremden erwerben oder den eigenen Hausstand gründen will. Ueber Kleines sich freuen, und Geringes benötigen, mit leichtem Herzen manches entbehren, was wohl recht verlockend aussieht, aber die eigenen Mittel übersteigt, das sollten unsere Mädchen bei uns daheim lernen, unter unsrer Anleitung und Erziehung, beeinflusst von unserm eigenen Beispiele.

Wenn wir also unsere Mädchen wirklich tüchtig machen wollen, den Kampf mit dem Leben dereinst aufzunehmen, und in Selbständigkeit, durch eigene Kraft ihr gesichertes Fortkommen zu erwerben, dann laßt uns schon bei deren Erziehung das Ziel ins Auge fassen und sie frühe die Grundbedingungen dazu lernen: genügsam und zufrieden auch in bescheidenen Verhältnissen zu sein, sich keine großen Bedürfnisse anzueignen und durch Selbstbeherrschung und Ueberwindung sich Selbständigkeit zu erringen. Ein Mädchen, das diese Eigenschaften besitzt, muß glücklich sein und glücklich machen. Wie

unselbständig werden oft diejenigen, welche sich im Vaterhause keiner Zucht und Ordnung unterziehen und lieber daselbe verlassen, um unabhängig zu werden, frei von dem kleinlichen Wesen der Untermüßigkeit. Die Elternhände wären weicher gewesen zum Beugen des Troges und Eigenwillens, als es nun das Leben erbarmungslos thut.

Annatur.

Die ersten Heilmittel gegen alle Uebel, denen das menschliche Geschlecht unterworfen ist, also auch die eigentlichen Mittel, allen diesen Uebeln zuvorzukommen, sind: Wahrheit und Natur. Wir können, auch wenn wir wollten, eines freien, reinen Daseins nicht genießen; denn eine einzige, große, allgemeine, unausweichliche Lüge umgibt uns, die Lüge des gesellschaftlichen Umganges. Es ist ein Zwang, der nur von außen kommt, dem wir nicht wehren können, ja der uns mitunter Achtung abnötigt. Aber ihm, noch einem anderen, selbstauferlegten Zwang von innen heraus hinzuzufügen, das ist eine Thorheit, die uns niemand zumuten sollte, die unsere innere und äußere Gesundheit allmählich aber unüberwindlich untergraben muß, und der wir uns mehr oder weniger alle schuldig machen. Es gibt nur eine Sittlichkeit, und das ist die Wahrheit; es gibt nur eine Unsittheit, und das ist die Lüge. Dort ist Leben und Gesundheit, hier ist Verwelkung. Wie ein heimliches Gift nagt und frisst die beständige Lüge, der peinliche Selbstzwang an den innigsten Kräften unseres Daseins, und mit krankhaftem Behagen füttern wir den Wurm, der uns verzehrt. Wie war diese Kunst so weit geblieben, als in unsern Tagen, und wie wir überhaupt auf unsere Kränklichkeit, wie thörichte Städterinnen auf ihre blaffen Wangen, uns etwas zugute thun, so sehen wir in dem Raffinement, zu welchem wir die Verwickelung unwahrer Verhältnisse gebracht haben, die Höhe der Bildung, auf welcher wir stehen, uns rühmen.

Die Ueberfütterung der Kinder.

Es braucht nicht erst bewiesen zu werden, daß menschliche Schmerzausdrücke die verschiedensten Ursachen haben können. Und doch ist es unendlich schwer, den meisten Müttern diese Thatfache klar zu machen, wenn es sich um ihre kleinen Spröblinge handelt. Wenn ein Säugling schreit, dann hat er Hunger. Diese Anschauung ist ebenso falsch, wie sie häufig ausgesprochen wird. Ein Säugling schreit auch, weil er naß liegt, er schreit, weil man ihm durch Wickelbänder seine Glieder gebemmt hat, er schreit, weil er zu warm eingepackt ist, und er schreit auch häufig genug, weil man ihm Magen und Darm überladen hat. Deshalb heißt es schon in frühesten Jugend Maß halten.

Die Kinder sollen im ersten Lebensjahre, wenn sie gesund sind, nicht häufiger als alle 3 Stunden Nahrung erhalten und nachts mindestens 8 Stunden ohne Nahrung bleiben. Werden sie mit der Flasche großgezogen, so solle ihre tägliche Flüssigkeitsaufnahme nicht 1 Liter übersteigen. Die schädlichen Folgen der Ueberfütterung auch durch allzu frühes Verabreichen von Brot (d. h. vor dem sechsten bis siebenten Monat) sind zunächst direkte auf Magen und Darm. Sie werden überdehnt und übermäßig beansprucht, so daß die Absonderung der Verdauungssäftigkeit leidet. Die Verdauung leidet not, und trotz oder gerade wegen der zu großen Nahrungszufuhr nehmen manche Kinder schlecht zu.

Die mittelbaren Folgen der Ueberfütterung sind andere und noch schwerere. Der Stoffwechsel wird träge und der Knochenaufbau leidet. Nachtisch, d. h. englische Krankheit, ist leider nur allzu oft Folge der Ueberfütterung. In neuester Zeit ist besonders von Professor Gerny, dem Dozenten der Kinderheilkunde in Breslau, dargehan worden, daß auch chronische Hautausschläge, vor allem der Kopfgrund der Säuglinge, als eine Folge der Ueberfütterung aufzufassen ist. Thatächlich heilt auch diese Krankheit oft lediglich durch Einschränkung der Nahrungszufuhr.

Sprechsaal.

Fragen.

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

Frage 9057: Kann mir eine der verehrl. Abonnentinnen etwas Näheres mitteilen über den Sparthaler „Zooal“? Ich werde an einen Ort zu wohnen kommen, wo kein Gas ist und möchte doch nicht gern mit Holz feuern, weil man beständig dabei stehen muß und die Hitze nicht gehörig regulieren kann. So suche ich eben nach dem besten Ersatz für den Gasherd.

Frage 9058: Wie kann ich den widerlichen Zodoformgeruch aus der Bett- und Leibwäsche wegbringen? Trotz fleißigem Lüften kommt der Geruch auch nach der Wäsche wieder zum Vorschein. Sogar der parfumierte Waschtischrand riecht von dem Medikament. Für gültige Mitteilung eines sicher wirkenden Mittels, das dem Stoff nicht schadet, wäre sehr dankbar.

Frage 9059: Ist es nicht möglich, die übergroße Schläfrigkeit zu belegen? Ich stehe in einem Geschäft,

wo ich Handarbeiten zu machen habe. Nun schlafe ich am Nachmittag regelmäßig dabei ein, trotz der unzweifelten Mühe, die ich mir gebe, um wach zu bleiben. Ich schlafe des Nachts genügend lang und ungestört. Für guten Tag danlt bestens Junge Leserin in S.

Frage 9060: Kann eine Hausfrau nicht verlangen, daß ihr Dienstmädchen abends dabei sei? Ich habe zum Zweck einer Kurverordnung einige Wochen vom Hause abwesend zu sein und habe einige Zeit vor meiner Abreise eine Person eingestellt, welche die nötigen Hausgeschäfte zu besorgen und des Nachts die zwei Kinder überwachen sollte. Es wird mir aber geschrieben, daß das Mädchen abends, wenn die Kleinen im Bett sind und mein Mann, der durch Vereinsverpflichtungen beansprucht, auch fort ist, die Kinder einschließt und zu Bekannten gehe, so daß die Kleinen schußlos wären, wenn irgend etwas passierte. Leider ist mein Mann in dieser Beziehung nicht im mindesten ängstlich, so daß meine Angst und Beforgnis bei ihm kein Verständnis findet. Wie denken sorgliche Hausmütter in diesem Fall? Eine bestänmerete Leserin.

Antworten.

Auf Frage 9046: Fertige Grashäute zum Annähren an schadhast gemordene Strümpfe fabriziert und liefert die Firma J. J. Künzli & Co., Mechanische Zwirnerei und Strickerie in Strengelbach (Station Zofingen).

Auf Frage 9045: In jedem größeren Tricotgeschäft wird man Ihnen solche Strumpfhäute, falls sie nicht vorrätig sind, in kurzer Zeit beschaffen.

Auf Frage 9047: Forellen bleiben nur in bewegtem Wasser lebend. Beim Transport hilft man sich also so gut wie möglich, indem man das Transportfäßchen beständig schüttelt.

Auf Frage 9048: Ähnliches wird sehr häufig beobachtet, nicht nur vom Seeufer, sondern auch von Orten, die am Rhein oder an der Aare gelegen sind. Handelt es sich um Luftfeuchtigkeit, so ist wenig dagegen zu machen; aber vielleicht scheint es auch am Boden zu liegen, und ich habe Leute gekannt, die dergleichen weggebracht haben, indem sie tüchtige Filzsohlen in den Schuhen trugen.

Auf Frage 9048: Bei den robusten deutschen Landmädchen, die in die Schweiz hineinkommen, tritt die rasche Zahnverderbnis nicht nur an den am See gelegenen Orten auf, sondern diese Erscheinung ist ganz allgemein und zwar wird sie durch die veränderte Nahrung erklärt: Verfeinerie Speisen, viel mehr Fleisch, anstatt des knochenbildenden harten Schwarzbrottes das stets frisch gebackene, weiche Weißbrot, viel weniger Milch und Hülsenfrüchte — das alles legt den Zähnen zu und mit der Verschlechterung der Zähne geht meistens auch der vermehrte Haarausfall Hand. Dies zur Wichtigstellung. Dann aber muß wirklich die Thatfache zugegeben werden, daß die feuchte Seeluft mancher Konstitution gar nicht zupast, daß zu Rheumatismus und Sicht Neigende eine Verschlechterung ihres Befindens wahrnehmen, was nur durch das Aufsuchen einer andern Gegend gehoben und wieder ins Gleichgewicht gebracht wird. Es ist anzunehmen, daß der Salzgehalt der Meerluft dem Organismus zupast. Wenn Sie für kaltsche Nahrung sorgen, so wird der kurze Aufenthalt am See Ihnen nicht mehr viel anzuhaben vermögen.

Auf Frage 9049: Ich meinerseits würde einem Jüngling von 16 Jahren noch nicht volle studentische Freiheit gewähren, doch ist ma da ganz verschiedener Ansicht. Es gibt solche, die meinen, man könne mit den Jungen gar nicht früh genug in die Fremde, währenddem feribse Erzieher von großer Erfahrung dafür halten, daß bis zu einer gewissen Urteilsfähigkeit und Befestigung des Charakters der Jüngling in einem wohlgeordneten gemächlichen Heim oder in einem guten Ersatz dafür unter einer durch eine fremde Hausordnung bedingte Zucht und Aufsicht gestellt sein solle. Er müsse insstande sein, Gefahren als solche zu erkennen und Verlockungen bewußt aus dem Wege zu gehen. Nur in dem Fall, wo die Mutter nicht die nötigen Qualitäten besitzt, um die Erziehung eines Knaben dieses Alters zu leiten, da könnte es angezeigt sein, den Jüngling auf eigene Füße zu stellen. Diese Frage müßte also von Fall zu Fall entschieden werden.

Auf Frage 9049: Es ist in zwei, drei und vier Jahren noch vollkommen früh genug. Wohnen Sie in einer Universitätsstadt, so behalten Sie Ihren Sohn im elterlichen Hause bis an einem oder zwei Semestern, die dann wieder von einem letzten Semester zu Hause gefolgt werden müssen. Freilich müssen Sie dem jungen Studenten die Zügel ein wenig lockern und nicht böse werden, wenn er vom Kommerz erst nachts spät heimkommt.

Auf Frage 9049: Ich dünkte, ein Jüngling von 16 Jahren sollte so weit erzogen sein, um ohne Gefahr seinem Studium obliegen zu können, auch getrennt von seiner Mutter. Ein liebevolles Eingehen auf seine Interessen, Verständnis für seine Ideale und etwas Nachsicht für seine Lust nach Freiheit, das sind Dinge, die Ihnen den Sohn auch in der Ferne nahe erhalten werden, und er wird Ihre mütterliche Fürsorge um so mehr schätzen und anerkennen, wenn er einflieht, daß in der Fremde nicht so viel Rücksicht auf seine Person genommen wird, wie es zu Hause den Anschein hat, der Fall zu sein. In einer gebildeten Familie untergebracht, wo sein Thun und Lassen kontrolliert wird und er ein angenehmes, freundliches Heim hat, wird er immerhin noch ebenso gut dran sein als manches junge Mädchen, das in diesen Jahren sein Brot verdienen muß. Bewahren Sie Ihren Sohn davor, ein Mutterhündchen zu werden!

Auf Frage 9050: Ich bin sonst gar nicht schadenfroher Art, aber ich meine doch, Sie haben eine gewisse Dosis Angst verdient. Wie konnten Sie nur Freude daran haben, etwas anzuschaffen, von dem Sie genau wußten, daß Ihr Gatte nicht damit einverstanden sei! Man sollte doch denken, die Frau würde in solchen nebensächlichen Dingen mit Vergnügen die Wünsche oder die Ansichten ihres Gatten berücksichtigen. Immerhin will ich Ihnen sagen, wie weißbenedene Schürme zu waschen sind: Wenn nur einzelne Stellen schmutzig sind, so reibe man diese mit gereinigtem Benzol ab und wiederholt das je nach Notwendigkeit. Ist dagegen der ganze Schürm beschmutzt, so spannen Sie den Schürm auf und reiben ihn vermittels einer ganz reinen Bürste mit Wasser ab, in dem rohe geriebene oder geschnittene Kartoffeln überwaschen wurden. Auch Wasser, in welchem weiße Bohnen gefotten wurden, thut gute Dienste. Wenn der Schürm ganz rein ist, wird er mit einem zarten, reinen Zeil dieses Wassers überpült, abgetropft und auf der inneren Seite — aufgeschäumt — sorgfältig überbügelt. — Ein gutes Waschwasser zum Abbürsten ist auch Wasser mit einem Zusatz von Salmatzeife. z.

Auf Frage 9050: Versuchen Sie es an einem Eckchen des Schürmes mit Seidenseife, lauem Wasser und einem weichen Nagelbürschchen; nach der Säuberung muß die Seife kalt weggespült werden. Ist der Schürm nicht zu schmutzig und sind Sie sehr geschickt, so ist es möglich, daß Ihnen die Reinigung gelingt. Fr. M. in B.

Auf Frage 9051: Ich glaube seiner Zeit von einer Firma in Viefal oder Wafel gehört zu haben, die einen Dörrosen zu Privatapotheken erstelt haben soll. Ich hoffe, daß Sie von einem dieser Orte aus bestimmte Antwort bekommen. G. in M.

Auf Frage 9052: Es ist ein Sinnenreiz, der sich nicht erklären läßt. Ist ein Mädchen sich dieses Anreizes bewußt und läßt ihn da oder dort unter Berechnung spielen, so ist sie eine Kokette, bewußt oder unbewußt. Wenn die Sinne erregt sind, so ist das Urteil mehr oder weniger getrübt und dies wird um so mehr der Fall sein, je idealer, vertrauender und unerfahrenere ein Mensch solchem Anreiz gegenübersteht. Ganz dem gleichen Schicksal verfallen auch die phantasiereichsten, idealen und darum gläubig vertrauenden weiblichen Wesen, über deren Mißgriff in der Wahl ruhig Denkende bekümmert den Kopf schütteln. Es ruft diese Erfahrungsthatfache der ersten Frage, ob es wohlgehan sei, den jugendlichen Idealismus sich uneingeschränkt entwickeln und ausleben zu lassen. z.

Auf Frage 9052: Ihre Frage hat auch mir schon wiederholt zu denken gegeben, und ich bin zu dem Schluß gekommen, daß die Männer von heute sich nicht Zeit nehmen, ein Mädchen auch nur einigermaßen kennen zu lernen, bevor sie den Bund fürs Leben schließen. Es werden nur die äußeren Verhältnisse in Betracht gezogen, ob sie nett ist, ob sie es versteht, sich aus zu leiden, wie viel der Vater verheuert, was man später erwarten kann. Wie wäre es auch anders möglich heute, in dieser Welt des Scheins! „E.“ lernt „Sie“ ja nur auf Ballen kennen, im Konzert oder im Theater, und da meint er, sie sei dann immer so nett, auch in der eigenen Häuslichkeit und läßt sich blenden. Da kommt eben das bescheidene Mädchen hintenab, das hat weder Zeit noch Muße, den Vergnügen nachzugehen, die ganze Woche wird gearbeitet und gepart, denn es gilt, Pflichten zu erfüllen, Geschwister erziehen, helfen, eine franke Mutter zu erhalten. Ist dann vielleicht in der Familie noch irgendein so räudiges Schaf, dann ist schon gar keine Aussicht vorhanden, daß eine solche Tochter Gnade finde vor Männeraugen. Sie fürchten sich eben, Pflichten übernehmen oder irgend eine Last tragen helfen zu müssen. Eine brave Tochter wird eben doch nicht, um zu heiraten, die Verpflichtungen, die sie gegen alte Eltern oder jüngere Geschwister hat, an den Nagel hängen, und die Männer (!) scheuen sich davor. Sie sind kurzichtig, denn sonst müßten sie wissen, daß eine bescheidene Tochter, die es versteht, von ihrem Verdienst noch für andere zu erlöbigen, keine schlechte Haushälterin ist, und daß trotz allem ihres Gatten Wohl und Intereße wiederum ihre erste Sorge sein würde. Darum möchte ich allen Mädchen eindringlich zureden, alles zu wagen und sich ein ernstliches Streben nicht verbrießen zu lassen, um selbständig zu werden, um nicht von engherzigen, kleinlichen Männern abhängig zu sein. Trotzdem keine Männerfeindin.

Auf Frage 9052: Nach meinen eigenen Erfahrungen zu schließen, werden gerade solche Mädchen, von denen wir uns im Stillen sagen müssen: „Gäbe die aber ein liebes Hausmütterchen ab“, so leicht übersehen, weil sie in ihrer Bescheidenheit so gar nicht suchen, sich hervorzutun, dem kleinen Weibchen gleich, das im Verborgnen blüht.“ Sehr oft auch sind solche Mädchen innerlich viel zu gereift, sie würden sich mit keinem andern als einem vollen innern Blick begnügen, d. h. beglückt zu werden ist ihnen nicht Hauptfache, wohl aber das „Beglücken“ — während jene Launen ein Brillantfeuer um sich zu verprühen wissen, welches ungemein anziehend wirkt, ganz besonders für Fernsehende. Woran es überhaupt liegt, daß den Männern mit ganz wenig Ausnahmen meist nicht vergönnt ist, A. L. M. von edem G. L. D. zu unterscheiden, habe auch ich mich schon oft gefragt: es wird wohl im Zusammenhang stehen mit der Thatfache, daß mir viel scharfer beobachten können als die Männer und unser Instinkt ungleich scharfer ausgebildet ist von Mutter Natur, obgleich die „Herren der Schöpfung“ so schnell bereit sind, uns jegliche Logik abzusprechen. Solang's in unserm lieben Schmeißerländen immer noch „heben und eine rote“ auf einen Jüngling trifft, wird halt die Konkurrenz auch auf diesem Gebiet ver-

derblich wirken und wird wohl noch mancher zu spät erst einsehen, daß er das „Weibchen am Wege“ überfah und sich dafür eine Distel erkor. S. D.

Auf Frage 9052: Es mögen hierfür vielerlei Ursachen vorliegen; man sieht den Menschen nicht ins Herz, und so mögen allerlei Neugierigkeiten den Ausschlag geben. Wer im Verkehr mit Männern zu wenig Zurückhaltung zeigt, sieht sich ebenso sehr im Wege wie das Mädchen, das allzu spröde ist; um die richtige Mittelstraße einzuhalten, braucht es eine gewisse Feinfühligkeit; die andere Eigenschaften erstekt. Es bleibt dabei immer eine Art Glücksspiel. Keine Zufälligkeiten geben oft den Ausschlag. Fr. M. in B.

Auf Frage 9053: Dies ist wohl mehr eine Scherzfrage. Man kann Kirichen, Heidelbeeren, Aprikosen zc. ohne Wasser, Salz, Zucker oder Einfließen ganz leicht über den Winter aufbewahren, wenn man sie dürrt. Uebrigens halten grobe Gemüse (z. B. weiße Rüben) sich auch, wenn man sie in trockenen Sand eingräbt, und bei gefunden Kartoffeln ist sogar dieses nicht notwendig. Fr. M. in B.

Auf Frage 9053: Von einer Bekannten hörte ich, daß sie Bohnen, Erbsen, Zuckerrüben, Spargeln und dergleichen, ebenso Kirichen, Heidelbeeren und noch andere Beerenarten ohne Wasser, Salz oder Zuckerzusatz über den Winter in Flaschen aufbewahrt und zwar immer mit dem besten Erfolg. Sie sammelt eine ihr passende Menge von Gemüsen oder Früchten und zwar an einem hellen, sommerwarmen Tag, wäscht die Gemüße mit einem reinen, weichen Tuch ab, schneidet sie mit reinem Messer zu passenden, schmalen Stücken und schichtet sie in ganz reine Einmachgläser, so viel als immer hineingehen, doch ohne die Gemüße zu drücken oder mit einem Gerät im Glas zu kochen. Am besten setzt der Inhalt sich durch gleichmäßiges Aufklopfen der Flasche auf die Hand. Jede gründlich gefüllte Flasche soll sofort mit einem neuen, gut passenden, in klüffiges Paraffin getauchten Korkstopfel verschlossen werden. Mit etwas Heu umwickelt, werden die Flaschen so in einen Kessel gestellt, daß keine Flasche die andere berührt. Der Kessel wird sodann mit kaltem Wasser so weit gefüllt, daß es bis an den Hals der Gläser reicht. Das zum Sieden gebrachte Wasser muß eine Viertelstunde lang am Kochen erhalten bleiben. Nach dem Abkühlen des Feuers läßt man das Wasser so weit abkühlen, daß man die Hand darin halten kann. Die Gläser werden herausgenommen und mit Pech verpicht und in einem kühlen Keller in Sand geschichtet. Der Inhalt der Gläser soll sich ganz tabellos halten. M. H. B.

Auf Frage 9054: Das Sterilisieren kann, theoretisch gesprochen, gar nicht fehlen; wo es doch heißt, liegt irgend ein kleines Uebelchen zu Grunde. Vielfach eine kleine Uneinheit im Glas, wodurch Luft eintreten kann, oder auch schon eine angefangene Gärung beim Eintauf der Gemüße. Wir stellen während der ersten 14 Tage die Gläser auf den Kopf, um zu sehen, ob das eine oder andere schmeißt. Wo das Sterilisieren so vielen Mergern verursacht, sollte man es lieber ganz sein lassen; man kann auch ohne dasselbe leben. Fr. M. in B.

Auf Frage 9055: Nach meiner Meinung liegt dieser Sache doch nicht anderes als die Gewohnheit zu Grunde. Sie sind seit Ihrer Kindheit an höhere Stufen gewöhnt, und eine längere Gewohnheit wird Sie mit den niedrigen Stufen veröhnen. Fr. M. in B.

Auf Frage 9056: Ein Faktumie thut nicht in allen Fällen den gleichen Dienst wie eine handschriftliche Unterschrift; aber vielleicht wird die Unterschrift durch ein Faktumie ersetzt, also bei weniger wichtigen Schriftstücken, in neuester Zeit aber sogar bei Wertpapieren (Obligationen, Banknoten), wenn die große Masse der zu gebenden Unterschriften dem Unterschreibenden allzu lästig sein würde. Fr. M. in B.

Feuilleton.

Die Kleine.

Ein schlichtes Lebensbild aus vergangenen Zeiten.

(Fortsetzung.)

Für die noch schulpflichtige, sowie für die reifere Jugend befaß die „Kleine“ eine ganz besondere Anziehungskraft, welche in einer reichhaltigen Leihbibliothek mit hauptsächlich guten Jugendschriften bestand. Da stiegen oder polterten denn gar oft Mädchen und Knaben die Treppe hinauf, klopfen erst an der Türe und traten dann bescheiden in die heimliche Stube. Kam eines der Kinder nur so ungestüm dahergerannt, ohne anzuklopfen und ohne erst die Schuhe abzuputzen, zoglaufend, das bekam einen gehörigen Verweis, denn Anstand und Höflichkeit wollte sie gewahrt wissen, die Jungfer Lisette! Meist saß sie auf ihrem Fenstertritt am Arbeits-tischchen; vor dem Fenster blühten Geranium und Fuchsia und ein Monatsrosenstod, der ihre besondere Freude ausmachte, und über dem Tischchen hing an der Zimmerdecke ein Käfig, in welchem ein Kanarienvogelchen seine hellen Lieder sang. Es war so gemüthlich und nett bei der „Kleinen“, aber das Schönste war doch der

alte Bücherschrank, wo die Bücher schön geordnet in Reich und Glied auf den Regalen standen, durch einen bunten Kattinvorhang vor Staub und profanen Blicken geschützt. Da durfte aber niemand dran rühren; sie stieg vom Fenstertritt herunter, suchte denen, die ein Buch leihen wollten, selbst etwas aus und duldete keinen Widerspruch. Solche Kinder, die zu oft kamen, wies sie zurück: „Macht zuerst Eure Schulaufgaben recht und helft der Mutter, dann bekommt Ihr das nächste Mal ein um so schöneres Buch.“

An Regentagen, an denen die gebrechliche alte Jungfer nicht ausgehen konnte, oder abends, erhielt sie oft Besuch von ihren Bekannten. Die alte Stube sah besonders bei Lampenschein gar traulich aus und behaglich thronte die „Kleine“ auf ihrem zitronengelben Divan, der ihr ganzer Stolz war, und strickte. Selten sah man sie müßig, ihr Geist war zu rege, ihr Sinn zu geschäftig; sie strickte mit ihren verkrüppelten Fingern allerlei nützige Sachen für Groß und Klein in ihrem Bekanntenkreise und auch für manche arme Mutter Jäckchen oder Strümpfchen für ihr Kind. War sie allein, so ließ sie sich zu ihrer Arbeit gern vorlesen und war immer auf dem Laufenden von dem, was die neueste Literatur für die Frauenwelt produzierte. Mit Vorliebe las sie die historischen Romane von Louise Mühlbach und die Novellen der schwedischen Schriftstellerin Marie Sophie Schwarz und anderes. Ihre Bibliothek vergrößerte sie nach und nach, auch die damals neu erschienenen gemüthlichen Geschichten von Dittlie Wildermuth schaffte sie an und diese waren immer am meisten begehrt. Ungeachtet ihres regen Verkehrs mit ihren städtischen Bekannten fühlte sich die lebhaft kleine Jungfer doch nicht an die Scholle gebunden; auch in ihrer Mißgestalt sah sie kein Hindernis — jeden Sommer machte sie bei Verwandten in einer entfernteren größeren Stadt einen mehrwöchentlichen Besuch und wußte nach ihrer Rückkehr allerlei zu erzählen, sowie die Zu-vorkommenheit, mit der man sie überall behandelte, rühmlichst anzuerkennen. Höflichkeit und Entgegenkommen nahm sie gern an, nur kein Mitleid.

Auch in die Umgebung der Stadt unternahm sie Spaziergänge, bei größeren Ausflügen bediente sie sich ihres Fahrstuhls. Einmal sogar wagte sie einen Aufstieg auf den Hunenberg, den sie aber „zu Fuß“, das heißt an den Krücken, machen mußte. Oben auf der Höhe saßen in der hübschen, aussichtsreichen Gartenwirtschaft verschiedene Gäste beim frühlichen Abendtrunk beisammen, darunter auch der damalige Bürgermeister mit Familie. — „Ei, Jungfer Lisette, wie kommen denn Sie da herauf?“ rief der joviale Herr der Nähersreitenden entgegen. Schlagfertig wie immer erwiderte die „Kleine“: „Wie ich da heraufkam? Ganz leicht und gut, nämlich in einem Luftballon, welcher von der Belagerung von Paris übrig geblieben ist!“ Lachen und jubelnder Beifall folgte dieser witzigen Erklärung, und die angebliche Luftschifferin wurde eingeladen, auf die glückliche Fahrt ein Glas Wein mitzutrinken. Aber nicht nur humoristisch und unterhaltend war die von der Natur äußerlich so stiefmütterlich ausgestattete kleine Jungfer, sondern auch energisch und thatkräftig, denn sie verwaltete das abwesenden Verwandten gehörende Haus, in dem sie wohnte, besorgte alles aufs beste, wachte über Ruhe und Ordnung und duldete keinerlei Ungehörigkeit. Die Hausbewohner fügten sich willig, da die kleine Hauswirtin ihnen auch manche Gefälligkeit erwies und ihnen beistand, wo es nötig war. Sogar für die Hausgaben war stets ein Milchschüsselchen bereit. Und wie gerne hatte sie die Kinder! Nur that es ihr weh, wenn sich etwa eines von ihr fürchtete, was aber sonderbarerweise selten vorkam, obgleich Jungfer Lisette entsprechend ihren etwas männlich großen Gesichtszügen eine ziemlich rauhe Stimme hatte, welche die Kleinen jedoch überhörten, wenn sie alle die lustigen Verslein hersagte oder sang. Manche geplagte Mutter im Hause oder in der Gasse war froh, ihr Kind für ein Weibchen der Jungfer Lisette überlassen zu dürfen; es war dort sicher und gut behütet. Ein kleiner Junge einer der Mietsfamilien war ihr besonderer Lieb-

lung, und sie, die selber nicht laufen konnte und ihr Leben lang an Krücken gehen mußte, lehrte den kleinen Hans die ersten Schritte thun; sie ging im Zimmer hin und her und kommandierte: „Halt Dich fest an meinem Rock, eins, zwei!“ und der kleine Hans trotzte mutig hinterher und lernte das Gehen. (Schluß folgt.)

Feuilleton.

Hangen und Bangen.

Roman von Jacques Morian. Autorisierte Uebersetzung von Arthur Stern.

(Fortsetzung.)

Eva seufzte und stellte sich zum Fenster an Jeans Seite. Er betrachtete sie besorgt.

„Auch Sie sind blaß, kleine Prinzessin,“ sagte er, indem er seine Besorgnis hinter einem scherzhaften Ton zu verbergen suchte. „Arbeiten Sie vielleicht auch an einem Bude?“

Seine Stimme zitterte bei diesen Worten.

Ohne die Augen zu erheben, entgegnete sie:

„Ich weiß nicht, was ich habe. Ich bin so müde! Ich wollte immer schlafen, schlafen und an nichts denken. Oder weit, weit weggehen, in ein Kloster, das irgendwo am Ufer des Meeres gelegen ist... Nichts als den blauen Himmel sehen... und rings um mich die weißgeleideten, stillen Schwestern mit ihrem Seelenfrieden... und in der Kapelle den feierlichen Gottesdienst mit seinen traurigen Chorälen und ich würde weinen unter meinem weißen Schleier. So lange würde ich weinen, bis sich in mein Herz jene Ruhe senken würde, die die stolzen, weißen Lilien zu atmen scheinen, die Ruhe, die Frieden und Vergessen bedeutet...“

Ihre Lippen zitterten. Sie schwieg und blickte welchverloren vor sich hin. Thränen perlten in ihren Augen.

Er neigte sein Antlitz zu ihr, so daß seine Lippen fast wie zum Kusse ihre Wangen berührten und flüsterte:

„Und wenn ich käme, Sie von dort zu holen, würden Sie mich von sich weisen?“

„Nein,“ entgegnete sie leise, „ich könnte es nicht... Man müßte alle Bitter schliefen und mich verbergen!“

Sie betrachtete traurig ihre abgemagerten Hände. Dann fuhr sie fort:

„Und doch! Ich glaube, daß ich Kraft genug finden würde, alle Tore und Mauern zu brechen... Jean! Selbst wenn ich eine jener weißen Lilien wäre, die da draußen fest im Boden wurzeln, ich glaube, ich müßte Ihrer Stimme folgen... Aber die andern... die ganze Welt... Ah, ich verabscheue das Leben... Wenn Sie wüßten!... Ich fühle mich traurig, so traurig, daß ich schlafen gehen möchte, dorthin, wo Mama schläft...“

Er nahm ihren Arm und drückte ihn heftig. „Schweigen Sie... ich verbiete Ihnen, so zu sprechen... Eva... Sie quälen mich...“

Sie erhob ihre Augen, ihre Blicke begegneten sich, zugleich streiften sich ihre Hände. Da schritt er plötzlich aus dem Zimmer. Sie blieb gesenkten Hauptes allein zurück. Ihr Herz schlug mächtig. Was war's, dieses neue Leben, das sie in sich erwachen gefühlt? Wie betäubt schloß sie die Augen. Eine andere Eva war mit einem Male entstanden. Eine leidenschaftliche, von heftigen Empfindungen bewegte Eva...

Angstvoll suchte sie sich das Bild ihrer Mutter in den Sinn zurückzurufen, wie um sich in seinen Schutz zu begeben. Aber der geliebte Schatten zerfiel in einem Nebel. Und nur das Feuer des Blickes fühlte sie in sich auflodern, der vorhin auf ihr geruht...

XIX.

„Wie, ganz allein hier? Ich komme von Ihnen. Ich wollte wissen, wie Sie sich befinden. Man sieht Sie ja gar nicht mehr.“

Er sprach mit Verlegenheit, ohne sich ihr zu nähern und ihr die Hand zu drücken. Sie wagte kaum die Augen zu ihm zu erheben, aus Furcht,

wieder von jener Verwirrung befallen zu werden, die sie seit der Stunde, da sie ihn zuletzt gesehen, Tag und Nacht nicht verließ.

Sie lächelte traurig und sagte:

„Ich bin nicht ausgegangen, ich war so müde...“

Er setzte sich ihr zur Seite auf den moosbewachsenen Felsblock. Vor ihnen erbob sich ein großes Kreuzförmig am Rande des schmalen, von gelben Gräsern umsäumten Strandweges und weiter drinnen breitete sich die See aus, die fern am Horizonte mit dem fast weißen Himmel nahezu verschwamm, so daß man die Grenzlinie zwischen Meer und Wolken kaum zu unterscheiden vermochte.

Trüben Blickes betrachtete er die Blässe des jungen Mädchens, die blauen Mänder um ihre Augen. Dann fragte er leise:

„Leiden Sie?“

Sie senkte den Blick noch tiefer, so daß ihre großen Wimpern ihr fast die Wangen beschatteten und entgegnete:

„Ich bin nicht krank; nur ein wenig nervös... Es ist nichts... Doktor Dalanne hat es mir vorhergesagt; er wollte mich verhindern, mit Ihnen zu reisen... er findet, daß mir die Luft hier nicht wohlthut.“

„Das hat er Ihnen gesagt? Wann?“

Eine jähe Röte bedeckte ihr Antlitz.

„Neulich. Als ich ihm die Mitteilung von meinem Bruche mit Pierre machte...“

Jean legte die Hand auf die Stirne und versank in trübes Nachdenken. Sie riß einen Büschel Klaffrosen, die am Felsen wucherten, ab, und zerpflichte sie mechanisch.

Ueber ihren Häuptern begann sich ein Sturm aufzukommen. Ein starker, schneidender Wind hatte sich erhoben und trieb dichtes, graues Gewölk vor sich her. Der vor kurzem noch so helle Horizont ward von einem schalen gelben Lichte überflutet, das sich allmählig in ein dämmeriges Dunkel verwandelte. Die Wolkenwand hob sich höher hinauf und verdichtete sich immer mehr und mehr. Nur durch einen schmalen Nisß brach noch ein Sonnenstrahl und vergoldete ein altes Gemäuer auf einem der felsigen Hügel diesseits der Strandstraße, das unter dem schwarzem Himmel in seiner hellen Beleuchtung sich gespenstig ausnahm.

Die Beiden saßen stumm nebeneinander und betrachteten kaum die Wandlung, die sich so rasch vollzog. Nach einer Weile nahm Jean das Wort.

„Wenn Sie so leidend sind,“ sagte er, „so werden Sie wohl bald abreisen...“

Den Blick träumerisch in die Ferne gerichtet, entgegnete sie wehmütig:

„Abreisen, wohin? Nein, ich liebe dieses Gäteland, es ist so schön. Betrachtet Sie nur diesen düstern Himmel, diese phantastisch aneinandergelagerten Wolken, diese kolossalen Felsblöcke, die wie von der Hand eines Riesen umhergestreut daliegen. Und dieser Sonnenstrahl, der sich einen Weg durch das Gewölk gebahnt hat und nun so milde wie das Lächeln einer Frau, die viel gelitten hat, herabscheint. Ist das nicht herrlich?...“

Er erwiderte nichts. Hatte er ihre Worte überhaupt vernommen? Dann sagte er plötzlich rauch:

„Sie träumen zu viel, Eva! Ich wollte, Sie wären mehr mit realeren Dingen beschäftigt. Zeichnen Sie, sitzen Sie, was weiß ich? Aber verlieren Sie sich nicht so ins Blaue. Das quält Sie...“

Um Evas Lippen erschien ein schmerzlicher Zug.

„Wenn Sie es wünschen...“ sagte sie hinter.

„Ich will trachten, Martha ähnlich zu werden... Vielleicht wird es mir gelingen...“

„Sie verstehen mich nicht! Ich finde Sie traurig, beinahe krank. Ich rate Ihnen, dagegen anzukämpfen und Sie antworten mir auf diese Weise!“

Sie senkte still das Haupt und blickte vor sich hin.

„Jean!“ wurde da plötzlich Marthas Stimme vernehmbar. Die junge Frau war eilends herbeigelaufen und streckte ihrem Gatten mit erfreuter Miene ein Schreiben entgegen.

„Da lies diesen Brief,“ sagte sie. „Meine Schwester schreibt mir, daß sie uns großen würde, wenn wir nicht wenigstens acht Tage auf ihrem Schlosse in Dinard zubringen wollen. Du weißt, daß sie dort ein großes Fest veranstaltet. Und ich

hätte große Lust, daran teilzunehmen. Auch für Dich, für Deine Verbindungen würde es gut sein. Wir vergraben uns zu sehr. Eva kann mit uns gehen, Blanche würde sich sehr freuen. Für sie wird es gleichfalls eine Wohlthat sein, wenn sie einmal unter Leute kommt, sie, wie müde und abgesehen sie aussieht...“

„Eva wird nicht mitgehen!“ entgegnete er schneidend. „Die Gesellschaft der Freunde Deiner Schwester paßt nicht für sie. Auch ich gehe nicht. Auch mir mißfällt die Umgebung. Aber Du bist frei. Gehe, geh' doch hin. Seit einiger Zeit bebagt es Dir hier nicht. Ich halte Dich nicht. Meine Arbeit wird besser von stattem gehen, wenn ich allein bin, wenn ich Deine ewigen Klagen nicht anhören muß!“

Martha biß sich geärgert die Lippen und entgegnete, gereizt durch den Ton ihres Gatten:

„Gewiß, ich werde der Einladung Folge leisten. Thue Du, was Du willst. Ich hab's satt! Ich werde mich nicht mit der ganzen Welt um Deiner schlechten Laune willen zer schlagen. Eva kommt mit mir...“

Eva erödete.

„Nein,“ protestierte sie sanft. „Du weißt ganz gut, daß ich an dem gesellschaftlichen Leben keinen Gefallen mehr finde. Ich bleibe. Aber auch Du bleibst, nicht wahr, das war nicht Dein Ernst...“

Sie sah sie unruhig, fast stehend an.

„Du irrst Dich, Kleine, ich verlasse dieses Nest. Schon lange genug schliefte ich mich ab wie in einem Kloster. Diesmal thue ich, was mir gut dünkt. Morgen wird abgereist!“

Sie warf Jean einen beinahe haßerfüllten Blick zu und entfernte sich. Jean einiger Schritte hielt sie an, wandte den Kopf zurück und rief:

„Eva, Du kannst Deine Maßhalten wie bisher mit Jean einnehmen. Die beiden Einstiedler werden sich so wenigstens gegenseitig Gesellschaft leisten.“

„Ich danke Dir,“ entgegnete Eva kühl. „Ich werde von Zeit zu Zeit von Deiner Aufforderung Gebrauch machen, übrigens verfolgt mich Anette mit allem, was ich brauche...“

Dann sahen Sie ihr nach, bis sie verschwand.

„Jean,“ sagte Eva nach einer Weile — „ich glaube, Sie thun nicht gut daran, diese Intimität Marthas mit dem Tollkops Blanche zu dulden.“

Er zuckte die Achseln.

„Im Anfange habe ich mich widerlegt, bis ich dann die Beobachtung machte, daß Martha hinter meinem Rücken mit ihrer Schwester verkehrt. Sie hat die kühnsten Ausreden erfunden, um ihre Vertraulichkeit zu bemänteln. Na, da wollte ich ihr denn die Mähe sparen... Uebrigens bin ich ein sehr griesgrämiger Gesellschafter für sie. Wir verstehen uns so wenig. Möge sie sich amüsieren, so viel sie will... ich werde sie nicht hindern...“

Er seufzte.

Eva schüttelte den Kopf. Sie gedachte der Veränderung, die mit dieser ebendem so sanften Frau vor sich gegangen war. Dieser feindliche, heimtückische Blick, mit dem sie ihren Gatten betrachtete, sie, die anfangs so sanft und ergeben gewesen war! Siderlich, Jean vertraute ihr zu sehr... Er ist so arglos, so redlich, so gut... Sie näherte sich ihm und sah ihn zärtlich an.

„Jean!“ sagte sie. „Ich werde nicht mehr in den Felsen träumen. Ich werde für Sie arbeiten, musizieren, alles, was Sie wünschen. Ich werde alles aufbieten, damit Sie sich nicht zu sehr langweilen...“

Woll Bewegung ergriff er ihre Hand.

„Ich mich langweilen, mit Ihnen! Sehen Sie sich diesen alten morschen Felsblock an. Die Blumen hatten Mitleid mit ihm, sie haben ihn umrankt und umspannen, sie verschönern ihn und verbergen sein grümlisches Grau. Sie sind meine Blume. Sie, Sie allein tragen ein Lächeln in mein armes Leben, Sie sind der Sonnenstrahl, der mein Dasein erhellt. Wenn Sie wüßten...“

Und die unendliche Traurigkeit, die ihn erdrückte, sprach aus dem Blicke, mit dem er ihr erglühendes Antlitz betrachtete. (Fortf. folgt.)

VELMA

CHOCOLAT
FONDANT.
LEICHT
SCHMELZEND.

UNÜBERTROFFEN.

SUCHARD

SUCHARD, ALLEINIGER FABRIKANT

MILKA

VOLL-RAHM
CHOCOLADE.
REINE
SCHWEIZERMILCH,
CACAO UND ZUCKER.

Briefkasten der Redaktion.

Frau S. J. Es ist eine Erfahrungstatsache, daß das Einatmen eines bestimmten Geruches empfindlichen Personen gesundheitlichen Schaden bringen kann, währenddem andere davon nicht im mindesten belästigt werden. Man soll zwar den Versuch machen, sich an das Unangenehme zu gewöhnen. Bleiben aber die Störungen beständig bestehen, oder verschärfen sie sich mit der Zeit noch, so ist die betreffende Arbeit oder der Aufenthalt in dem mit dem Geruch zusammenhängenden Lokal zu meiden. Es ist zum Beispiel durchaus keine vorzuziehende Erscheinung, daß das Schreiben mit Sektographentinte dem Schreibenden heftige Zahn- und Kopfschmerzen verursacht und daß diese sehr unangenehmen Schmerzen sich sofort heben, wenn die Arbeit unterlassen wird. Auch das Schreiben mit Kopiertinte ruft bei Manchen ähnliche Erscheinungen, währenddem das Schreiben mit gewöhnlicher Tinte tagelang ununterbrochen betrieben werden kann. Weil Sie selber solchen Einflüssen gar nicht zugänglich sind, so dürfen Sie nicht kargerdinge behaupten, es sei alles nur Einbildung, denn das legt Sie in ein schiefes Licht und Anderen geschieht damit ein Unrecht.

H. B. B. Sie haben wohl schon selbst die Erfahrung gemacht, daß es Menschen gibt, die von Natur aus dazu veranlagt scheinen, mit großer Leichtgläubigkeit ein Geheimnis für sich zu bewahren, währenddem es anderen vöblige Qualen verursacht etwas für sich be-

halten zu müssen, was andere nicht wissen sollen. Zu der letzteren Kategorie gehören fast ausnahmslos die Kinder. Es schließt daher ein Stillschweigen in sich, Kinder in Geheimnisse einzuweihen, ihnen Geheimnisse auf die Seele zu binden. Als Mutter müssen Sie das Letztere nicht aus den Augen lassen. Wenn es gilt einer lieben Person für kurze Zeit eine freudige Ueberraschung zu verschweigen, so mag das kindliche Diskretionsvermögen, die dabei nötige Selbstüberwahrung immerhin etwas auf die Probe gestellt werden, das kann nicht schaden, aber verhängnisvoll und unverantwortlich ist es, eine junge Seele mit einem Geheimnis dicker Art zu belastigen. Es ist ja sehr leicht zu verstehen, wenn eine arme, vom Schicksal geprüfte Mutter bei ihrem in lebensschaffender Liebe ihr zugehauenen ältesten Kinde Verständnis und Mitgefühl sucht, wenn es sie erleichtert, eine Mitwörterin und Mithüterin dessen zu haben, was sie allein verarbeiten und verschweigen sollte; doch darf nicht das Kind hierzu ausersparen sein, dessen Geist noch nicht so entwickelt, dessen Charakter noch nicht so geklärt ist, um ohne Schaden an seinem Gemüt mit der Durchführung einer solchen, seiner kindlichen Natur entgegenstehenden Aufgabe belastet werden zu dürfen. Was nun aber in Ihrem Fall die Sache noch ungeneher erschwert, das ist der Umstand, daß es gilt, ein vom Vater begangenes Unrecht zu verschweigen und daß dieses Verschweigen eine tiefe verweisselnde Angst vor einer möglichen Entdeckung in sich schließt. Wenn Ihnen selbst die Kraft mangelt, im Schweigen weiter zu beharren, so wenden Sie sich an eine gereifte Vertrauensperson,

die nicht nur mit Ihnen tragen, sondern gegebenen Falls Ihnen auch mit Rat an die Hand gehen kann.

Frau E. C. in Z. Schokolade gilt schon längst nicht mehr als Luxusartikel und der Kaffee ist zum regulären Frühstückartikel geworden. Daran wird Ihre persönliche Meinung kaum etwas ändern können. Sicher ist indes, daß ein großer Teller voll gutgekochter dicke Hafersuppe mit geriebenem Käse und einer Tasse Milch oder ein großes Stück Hafertuchen nebst reichlich Milch für Jung und Alt ein vorzügliches Morgenessen bildet. Um dem durch Nachtrinken etwas mitgenommenen Mütterchen den Wegfall des gewohnten belebenden Morgentranfes weniger fühlbar zu machen, könnte dem Teller Hafersuppe etwas Liebigs Fleischextrakt beigegeben werden. Im Uebrigen ist eine gewalttätige und plötzliche Veränderung in der Ernährung immer riskiert; ein besüßsam und milderes Vorgehen hätte voraussichtlich besseren Erfolg und würde mehr dem Frieden dienen.

Freue Esterin in A. Es hat sich noch immer verlohnt, bescheiden und zurückgezogen zu leben, wenn man vor dem mißlichen Zustand bewahrt bleiben will, in den Bereich von Spekulationsobjekten gezogen zu werden. Glückliche, die in dieser Beziehung zu den Unangefochtenen gehören.

GALACTINA Das vortreffliche Kindermehl
ist Fleisch, Blut und Knochen bildend. [4069]

TOLA (Seife)
Hergestellt mit dem beliebtesten Tola-Parfüm, mild und angenehm. Überall vorrätig. Preis 40 Cts. Parfümerie Heinrich Mack, Ulm a. D. Spezialitäten: Tola-Seife und Kaiser-Borax. [4068] [4069]

Der Cachet und die Eleganz einer Frau sind nicht nur an der Art und Weise ihrer Kleidung kenntlich, sondern auch an den von ihr benutzten Parfüms. Falls sie sich des in der ganzen Welt ohne Rivalen dastehenden **Crème Simon** bedient, ist ihr der Ruf höchster Eleganz gesichert. Das **Poudre de riz Simon**, mit Veilchen oder Heliotropduft, vervollständigt die wunderbaren Wirkungen des **Crème Simon**. (H 9208 X) [3886]

Man achte genau auf den Namen.

Eine Person gesetzten Alters, welche sämtliche Hausgeschäfte vorstehen und gut kochen kann, sucht Stelle als Haushälterin bei solidem besserem Herrn, oder Vertrauensstelle in einer Anstalt. Dauernde Stelle bevorzugt. Zeugnisse stehen zu Diensten. Offerten unter Chiffre 4271 an die Expedition. [4271]

Frauen und Töchter, die einer Luftveränderung zur gründlichen Erholung bedürfen, finden hierzu Gelegenheit unter der gewissenhaften und sachkundigen leiblichen und geistigen Pflege einer gebildeten Hausmutter in einem komfortablen, freundlichen Heim. Beste Referenzen. Gest. Offerten unter Chiffre E 4269. [4269]

Eine junges, gesundes Mädchen, das unter der persönlichen Anleitung der tüchtig mithelfenden Hausfrau sich in den Hausarbeiten ausbilden und einfach bürgerlich kochen lernen will, findet bei Familienanschluss gute Stelle am Zürichsee. Offerten unter Chiffre L 4268 befördert die Expedition. [4268]

Haushälterin gebildete [4262]
auf 1. Mai oder früher zu älterem Ehepaar in eigener Villa in Zürich gesucht, behufs selbständig. Führung des Hauswesens mit Stubenmädchen und Köchin unter ihr. Gründliche Kenntnis der herrschaftlichen Küche und aller Hausgeschäfte, gute Gesundheit und beste Empfehlungen erforderlich. Für passende Persönlichkeit liberale Bedingungen. Selbstgeschriebene Offerten adressiert: Brieffach 11313 Hauptpost Zürich.

Gesucht:
Tüchtiges Mädchen oder Frau in guten Landgasthof für die Küche neben den Chef. Eintritt nach Belieben. Offerten gefl. an die Exped. ds. Bl. unter Chiffre 4259. [4259]

Besorgte Eltern oder Vormünder, die für eine nervenkranken Tochter oder Frau ein in jeder Beziehung zweckmäßiges Unterkommen suchen, kann eine sehr gute Gelegenheit mitgeteilt werden bei einer Lebensfahrerin, gebildeten, in Behandlung und Pflege solcher Patienten sehr tüchtigen Frau. Beste Referenzen. Gest. Anfragen unter Chiffre L 4155 befördert die Expedition. [4155]

Nach der Muttermilch empfiehlt sich die sterilisierte Berner Alpen-Milch als bewährteste, zuverlässigste
Kinder-Milch
Diese keimfreie Naturmilch verhütet Verdauungsstörungen. Sie sichert dem Kinde eine kräftige Konstitution u. verleiht ihm blühendes Aussehen.
Depots: In Apotheken. [4049]

In jeder Coniserie und besseren Kolonialwarenhandlung erhältlich.
CHOCOLATS FINS DE VILLARS
Die von Kennern bevorzugte Marke. [4001]

Dr. WANDER'S MALZEXTRAKTE
40 JAHRE ERFOLG
Chemisch rein, gegen Husten, Hals- und Brustkatarrhe Fr. 1.30
Mit Kreosot, grösster Erfolg bei Lungenschwindsucht " 2. -
Mit Jodesein, gegen Skrophulose, bester Leberthranersatz " 1.40
Mit Kalkphosphat, bestes Nährmittel für knochenschwache Kinder " 1.40
Mit Cascara, reizloses Abführmittel für Kinder und Erwachsene " 1.50
Mit Santonin, vortreffliches Wurmmittel für Kinder " 1.40
Maltosan. Neue, mit grösstem Erfolg gegen Verdauungsstörungen des Säuglingsalters angewendete Kindernahrung " 1.75
Dr. Wander's Malzucker und Malzbonbons.
Rühmlichst bekannte Hustenmittel, noch von keiner Imitation erreicht. — Überall käuflich.

KRAFTNÄHRMITTEL
für die JUGEND für KRANKE und GESUNDE
OVOMALTINE
bestes Frühstücksgetränk
In allen Apotheken und Droguerien.
BLUTARME ERSCHÖPFTE NERVÖSE MAGENLEIDENDE [3872]

Knaben-Institut & Handelsschule
Clos-Rousseau, Cressier b. Neuenburg.
Gegründet 1859. [3892]

Eine Tochter aus guter Familie sucht Stelle in ebensolcher Familie zur Besorgung von Kindern, zur Mithilfe in leichteren Hausgeschäften oder in einem sauberen Ladengeschäfte. Beste Empfehlungen stehen zu Diensten. Gest. Offerten unter Chiffre M 4174 befördert die Expedition. [4174]

Eine in der Küche und in sämtlichen Hausarbeiten tüchtige Person von voller Vertrauenswürdigkeit sucht Stelle in ein gutes Haus, zur selbständigen Besorgung des Hauswesens oder als Haushälterin. Da die Suchende auch in der Krankenpflege erfahren ist und aushilfsweise in einer Klinik Wärterindienste versah, würde sie auch wieder eine solche Stelle annehmen. Ausgeschlossen ist ein landwirtschaftlicher Betrieb und eine kinderreiche Familie. Offerten unter Chiffre 4230 befördert die Exp. [4230]

Eine bewährte Krankenpflegerin, die sich vom öffentlichen Dienst zurückgezogen hat, möchte ein Kind oder eine erholungs- und teilweise pflegebedürftige weibliche Person in ihr Heim aufnehmen zu bescheidenem Pensionspreis, um doch für jemand sich sorgen, ihrem Herzen Genüge leisten zu können. Das Domizil befindet sich in einer sehr schönen Gegend, die als Luftkurort bestens bekannt ist. Es kann mit besten Empfehlungen gedient werden. Gest. Offerten unter Chiffre „Herzenssache“ 4157 befördert die Exped. [4157]

Eine tüchtiges, arbeitsfreudiges Mädchen, das bis jetzt in einem einfachen Haushalt zur Zufriedenheit gedient hat und sich zu einer bessern Stellung emporarbeiten will, findet Engagement in einem guten Herrschaftshause, wo sie bei Geschick und Lust zum Kochen sich auf diesem Gebiet vervollkommen kann. Guter Lohn und gute Behandlung. Anfragen unter Chiffre GB 4062 befördert die Expedition. [4062]

Verlangen Sie gratis den neuen Katalog ca. 1000 photogr. Abbildungen über garantierte
Uhren, Gold- & Silber - Waren
E. Leicht-Mayer & Cie.
LÜZERN
27 bel der Hofkirche. [3886]

Neues vom Büchermarkt.

Der gute Ton für Damen. Eine Anleitung, sich in den verschiedensten Verhältnissen des Lebens und der Gesellschaft als wohlgezogene gebildete Dame zu betragen. Von Malvine von Steinau. Sechste, vollkommen umgearbeitete Auflage. 11 Bogen. Oktav. Geh. Mk. 1.20, gebd. Mk. 2.25. A. Hartlebens Verlag in Wien und Leipzig.

Selbst die starren Normen der Rechtswissenschaften unterliegen einer steten Entwicklung, welche sie den Anforderungen des rasch flutenden Lebens näher bringt und anpaßt. In noch viel höherem Maße trifft dies begreiflicherweise bei den vom Gebrauch aufgestellten Gesetzen des gesellschaftlichen Verkehrs zu, die den wechselnden Anschauungen des Tages unterworfen sind und auch von den sozialen Strömungen unserer Zeit vielfach berührt werden. Abgesehen von allgemeinen Grundrissen, die immer und überall „guter Ton“ bleiben werden, ändern sich die Formen der gesellschaftlichen Sitten jetzt viel rascher als in früheren Zeiten. Auch darin lag ein Anlaß zur Vorbereitung einer sechsten Auflage des vorliegenden Werkes, der an sich schon durch die große Beliebtheit und eifrige Nach-

Nerventränken Damen, die einer besondern Pflege und Ueberwachung bedürftig sind, wird Aufnahme in einer passenden Familie angeboten. Alles Nähere wird mitgeteilt auf ges. Anfragen unter Ciffre 4270.

frage, dessen es sich erfreute, gegeben war. Um ein Bild der jetzt herrschenden gesellschaftlichen Sitten zu geben, war eine vollkommene Umarbeitung nötig, welche mit dem Wunsche dem Damenpublikum empfohlen wird, sie möge sich wie die vorausgegangenen Ausgaben als verlässlicher Begleiter in wichtigen Bereich des „guten Tones“ bewähren.

Die Nervosität, die Modekrankheit unserer Zeit, ihre Ursachen, die Selbstvergiftung und ihre Heilung durch ein erprobtes Bluteinigerungsverfahren. Von Dr. med. Walter. II. Aufl. (M. 1.20). Verlag von Edmund Demme, Leipzig.

Unsere heutige raschlebige Zeit mit ihren vielfach gesteigerten Ansprüchen an den Geist und die Nerven des Einzelnen, mit ihrem aufreibenden Kampf ums Dasein bedingt einen starken Verbrauch von Nervensubstanz, welche den Nerven, dem Gehirn und Rückenmark entzogen wird. Durch Leistungsunfähigkeit des Darmes entstehen Selbstgifte, welche erregend auf das Zentrum der Blutgefäßnerven wirken, so daß beständige Blutauflösungen nach dem Kopfe stattfinden; hier

heißt es, rechtzeitig die Krankheitsursache beseitigen. „Entfernt die Selbstgifte aus dem Blute“, sagt der Autor, „und ihr werdet glückliche Menschen, denen des Lebens Mai zweimal erbliht!“

Was jedermann von der Erkennung der Krankheiten und der Voraussage des Krankheitsverlaufes aus dem Urin wissen muß. Von Dr. G. Schulz (0,60). Verlag von Edmund Demme, Leipzig.

Der Wert und Nutzen einer rationalen Garmunter-suchung kann weder in der volkstümlichen noch in der wissenschaftlichen Heilkunde übersehen oder unterschätzt werden, da unter die wichtigsten Hilfsmittel zur Erkennung der normalen und der krankhaften Vorgänge im menschlichen Körper, ihres Sitzes, ihrer Natur und ihres Stadiums ganz unfehlbar die Untersuchung ihrer Produkte gehört, also auch und nicht in letzter Linie die Untersuchung des Harnes, als eines der wichtigsten dieser Produkte. Wie man diese Untersuchung vorzunehmen hat, lehrt das Büchlein, dessen Seltüre empfohlen werden kann.

KNORR'S Maismehl, Reismehl, Kartoffelmehl,
zu Saucen und süßen Speisen, Flammeris, Aufläufen, Kuchen, etc.

Kaiser-Borax
Zum täglichen Gebrauch im Waschwasser. Das unentbehrlichste Toilettemittel, verschönert den Teint, macht zarte weisse Hände. Nur echt in roten Cartons zu 15, 30 und 75 Cents. Kaiser-Borax-Seife 75 Cts. — Tola-Seife 40 Cts. Spezialitäten der Firma Heinrich Mack in Ulm a. D.

Wird bei
Lungenkrankheiten, Katarrhen
Keuchhusten, Skrofulose, Influenza
von zahlreichen Professoren und Aerzten
täglich verordnet.

Sirolin

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

Da minderwertige Nachahmungen angeboten werden, bitten wir stets zu verlangen:

Originalpackung „Roche“

F. Hoffmann-La Roche & Co
Basel. [4046]

„Roche“

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

Unentbehrlich für jeden Haushalt ist **Buckeye** amerikanisches zusammenlegbares **Zimmer-, Dampf- und Schwitz-Bade-Cabinet.**

Für kaum 5 Cts. innerhalb 5 Minuten in jedem Zimmer ein russisch-türkisches Dampf- oder Schwitzbad herzustellen.

Preis Fr. 37.50.

Gummiwaren-Fabrik

H. Specker's Wwe
ZÜRICH

Kuttelgasse 19 mittl. Bahnhofstr. Prospekte gratis.

Damenschusterei.

Die älteste, billigste und beste Bezugsquelle für sämtliche Artikel zur Damenschusterei ist beim Erfinder und Gründer der Methode [3909]

Schwanager in Rorschach.

Preislisten gratis und franko. Es werden jederzeit Kursleiterinnen ausgebildet. — Diplom und goldene Medaille in Brüssel 1905.

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

Probe-Exemplare

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

BADENER Schnebli
Bonbons
Biscuits & Waffeln

Spezialitäten
in 20 Cts. Verpackungen

Huste nicht
Kinderrädl
Volksbiscuits

Neu! Delikat-Waffeln Neu!
Damenbrett-Biscuits
Mühlenbrett-Biscuits

Jede Rolle enthält ein wirkliches Spiel.

A Schnebli & Söhne BADEN

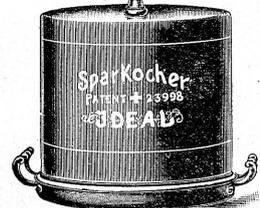
(H 800 Z)

[4169]

Ville de Neuchâtel.
Ecole supérieure de jeunes filles
et classes spéciales de français.

Ouverture de l'année scolaire 1906/07 le jeudi 19 avril. Inscriptions le mercredi 18 avril à 2 heures au Nouveau Collège des Terreaux. Pour renseignements et programmes s'adresser au Directeur de l'école. [4253] (H 8084 N) **Dr. J. Paris.**

Als den besten Kochapparat der Welt empfehlen unsere



Suppen, Siede- oder Bratfleisch und Gemüse auf dem Kochherd zum Sieden gebracht, kochen im Apparat mit oder ohne Wärmekörper, ohne Aufsicht weiter und werden gar, wie wenn sie beständig über Feuer gekocht hätten.

Das Essen ist vorzüglich, leichtest verdaulich und bleibt ein Tag lang heiss, ohne an Schmackhaftigkeit einzubüßen.

Jede sparsame Hausfrau verlange gratis Prospekt mit Garantieschein und berichte die Personenzahl an [3976]

G. Bodmer & Cie. in Neftenbach oder wende sich an unsere Vertreter.

Für 6 Franken

versenden franko gegen Nachnahme bttto. 5 Ko. ff. Toiletta-Abfall-Seifen (ca. 60—70 leichtbeschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [4080] **Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.**

A. Wissemann-Knecht

Centralhof Zürich Centralhof
Spezial-Geschäft
einfacher und feiner Tischgeräte und Bestecke [4143]
in Nickel, Kayserzinn, Alt-Kupfer
Ia la versilbert, echt Silber.
Prachtvolle preiswerte
Hochzeits-Geschenke
Verlangen Sie reich illust. Preisliste.

Alle Kleiderstoffe in bester Wahl. Muster bereitwilligst. **Bruppacher & Co.** 1840 gegr. Spezial-Geschäft neben Grossmünster auf Dorf Zürich.

Schwächliche in der Entwicklung oder beim Lernen zurückbleibende **Kinder**

sowie **blutarme** sich matt führende und **nervöse** überarbeitete, leicht erregbare, frühzeitig erschöpfte **Erwachsene** jeden Alters gebrauchen als Kräftigungsmittel mit grossem Erfolg

DR. HOMMEL'S Haematogen.

Der Appetit erwacht, die geistigen und körperlichen Kräfte werden rasch gehoben, das Gesamt-Nervensystem gestärkt.

[4182]

Man verlange jedoch ausdrücklich das **echte „Dr. Hommel's“ Haematogen** und lasse sich keine der vielen Nachahmungen aufreden.

VERLANGEN SIE die besten Sorten von

BISCUITS

PERNOT

in "PAC" geliefert.

Hermetische Verschlüssung garantiert vollständiges Erhalten der Biscuit.



PAQUET PERNOT
PRACTIQUE
A VARIETES
CONSERVATION ASSUREE

(H 30279 X) [4264]

Töchter-Pensionat
M^{me} und M^{lles} Junod
Rue Centrale 17 **Ste. Croix** (Vaud)
Preis: Fr. 75.— per Monat.
(H 21701L) Prospekte u. Referenzen. [4248]

Töchter- Ausbildung

zu tüchtigen Hausfrauen, Stützen, Haushaltungs- u. Wanderlehrerinnen, Kontoristinnen, Krankenpflegerinnen etc. in der Koch-, Haushaltungs-, Gartenbau-, Handels-Schule und Erholungsheim „**Wartheim**“ in Heiden (Schweiz) bei Rorschach am Bodensee. (D 764) [4258]
Brief-Adresse: „**Wartheim**“ in Heiden (Schweiz).

„Reform“ Anti Corset.

Nur acht mit dieser Schutzmarke



und **Vulkaneinlage.**
grau u. weiss
Qual. A. fs. 8.—
Qual. B. fs. 12.—
leicht waschbar.
Paul Armbruster
St. Gallen.

Verlangen Sie bei Ihrem Lieferanten das beste Waschmittel

PETRIN.

Es besteht aus Petrol, Terpentin und Salmiak und macht die Wäsche blendend weiss.

Chem. Fabrik Stalden (Bern)

Bronchitin

Dr. Lüdy

ist ein neues, von Aerzten vielfach verordnetes, hervorragendes und sicher wirkendes Heilmittel gegen **Chronischen Husten**, ferner gegen Keuchhusten, Bronchialkatarrh etc. Der Husten und der Auswurf nehmen ab, der Appetit nimmt bedeutend zu und infolgedessen auch das Allgemeinbefinden. [4130]

Erhältlich in allen Apotheken in Flaschen à Fr. 3.— und Fr. 5.—
Alleinfabrikanten: **Lüdy & Co.**
Fabrik chem.-pharm. Produkte, Burgdorf.

Berner-

Leinwand zu Hemden, Leintüchern, Kissenbezügen, Hand-, Tisch- u. Küchentüchern, Servietten, Taschentüchern, Teig- oder Brottuchern und **Berner-**

Halblein,

stärkster, naturwollener **Kleiderstoff**, für Männer und Knaben, in schönsten, reichster Auswahl bemustert Privaten umgehend [3903]

Walter Gyax, Fabrikant in Bleienbach.

Gicht und Rheumatismus.

Unendlich dankbar bin ich Ihnen für Ihren ausgezeichneten wirkungsvollen Tee, der mir so ausserordentliche Dienste geleistet hat. Jedes Jahr stellte sich bei mir der lästige **Rheumatismus** ein und hielt mich wochenlang an Bett und Stube gefesselt. Ich glaubte kaum noch an Hilfe, da hörte ich von Ihnen, und dank Ihrer Theekur ist seit zwei Jahren das Leiden nicht mehr wiedergekehrt. Möchten doch alle Leidensgenossen sich an Sie wenden. Hochachtend M. K. **Adr.: Charitas, Heiden.** (D 557 b) [4232]

Chico
Wundhofener Tormentill-Mundwasser
Wundhofener Tormentill-Mundwasser
zur Wund- und Zahnpflege Paris No. 1.25
J. Reisinger-Bruder, Basel.

Tormentill-Haarwuchs-Essenz
Wundhofener Tormentill-Haarwuchs-Essenz
zur Förderung des Haarwuchses Paris No. 2.—
J. Reisinger-Bruder, Basel.

Waschmaschine „Ideal“

Diplom Zürich 1905 Für ganz feine und grobe Wäsche brauchbar.

Kein Beschädigen der Wäsche

Kein Nachwaschen! Sehr leichter Gang!

Preis: Grösse A (47 cm hoch) für 5 Hemden 26 Fr.
Grösse B (55 cm hoch) für 8 Hemden 30 Fr.

Maschinen auf Probe. Prospekte durch die Fabrikanten:

Segger & Sohn, Ermatingen 7

Patent No. 30189 (H 1549 Z) Vertreter gesucht. [4249]



„Praktisch“

(siehe Artikel: „Etwas Neues!“ Nr. 20, 1905, Schw. Frauen-Zeitung) neuer **ausziehbarer Kleiderhalter** ist unentbehrlich für Herren- und Damen-Garderobe. **Keine Unordnung** in Kleiderschranke mehr. Viel Verdruss erspart. **Praktisch** beseitigt jedes Suchen nach den Kleidungsstücken in Kleiderschranke, ermöglicht ein leichtes, bequemes und geordnetes Aufhängen und Abnehmen derselben und erhält solche tadellos glatt, wie neu. [4032]

Praktisch kostet:

No. I für Schranktiefe 36—41 cm Fr. 4.50
No. II „ „ 42—48 „ „ 5.—
No. III „ „ 49—60 „ „ 5.50
Vernickelt Fr. 1.50 mehr.

„Praktisch ausgezogen“.
Versand geschieht gegen Nachnahme durch die Firma

Maison Bader, Le Locle.

Lungentuberkulose, Lungenschwindsucht, Blutarmut.

Sie werden entschuldigen, dass ich mit der Antwort so lange gewartet habe. Ich wollte abwarten, ob nicht ein Rückfall eintreten werde; doch hat sich nichts mehr gezeigt. Ich kann Ihnen daher mit Freuden berichten, dass ich von **Lungenleiden, Lungenschwindsucht, Blutarmut, starkem Husten, Auswurf** (der zeitweise blutgestreift war) **Abmagerung, Schmerzen in Brust und Rücken, kurzem Atem, Mattigkeit und Herzwasser** völlig befreit bin. Die frühere Arbeits- und Lebenslust ist wieder eingekehrt, ebenso die frische u. rote Gesichtsfarbe mit starkem Appetit, und das habe ich einzig Ihrer briefl. Behandlung zu verdanken. Ich werde Sie, soviel in mein. Kräften steht, bei allen Kranken in meiner Gegend aufs Wärmste empfehlen. Nehmen Sie meinen herzl. Dank entgegen, mit dem Wunsche, dass sich Ihnen ein recht grosses Arbeitsfeld auftue, damit recht viele Kranke von ihren Leiden durch ihre gewissenh. Behandlung befreit werden. Lindigshof b. Marksuhl, Kr. Eisenach i. Thüringen, 6. Okt. 1903. W. Busch, Müller u. Landwirt,
Der Wahrheit gemäss beglaubigt: Marksuhl, 6. Oktober 1903. Breimeier, Gendarm. Adresse: Privatpoliklinik Glarus, Kirchstr. 405, Glarus. [3906]

Schmackhaft
nahrhaft
bequem
billig



sind **Mehlsuppen** und **Saucen**, hergestellt aus dem Feinst gerösteten Weizenmehl **O. F.**
In jedem bessern Spezereigeschäft käuflich.

Vormals Dekan EGLI's
Leitender Arzt: Herr Dr. A. Stoll.

Kuranstalten Arche und Lilienberg Affoltern am Albis

sind eröffnet. 
Prospekte durch die Verwaltung.

(Za 1602 g) [4265]

Knaben-Institut Müller-Thiébaud in Boudry bei Neuenburg.

Gründliche Erlernung der französischen Sprache. Englisch. Italienisch.
Handelsfächer. Vorbereitung auf das Postexamen. Individuelle Erziehung.
Prospekte und Referenzen auf Verlangen. [4178]

Reichhaltiges Lager

G. Walser
Bürsten- und Pinsel-Fabrikation
en gros — en détail
27 Linsebühlstrasse 27
ST. GALLEN

Maschinen-Bürsten nach Zeichnung oder Mustern

Billige Preise

Prompte, exakte Aus-führung

(O 351 G) Eigene Werkstätte. [4247]

CHOCOLAT

Klaus

AUTO-NOISETTE

Robert Fässler Schuhhandlung und Massgeschäft

(O 390 G) Vorteilhafte Bezugsquelle [4265]
für Herren-, Damen- und Kinder-Schuhwaren, fertig und nach Mass.

Nr. 56 Rosenbergstrasse Nr. 56



K KAFFEE
BISCUITS
CHOCOLATS
CACAO
THEE

Kaisers
Kaffee-Geschäft

1000 Verkaufsfilialen.
In allen grösseren Städten der Schweiz vertreten.
Post-Versand nach auswärts.

Centrale BASEL
Güterstrasse 311. [3977]
Verkauf mit 5 % Rabatt.

Monkey Brand

Putz Pasta

Unentbehrlich im Haushalt! Eignet sich vorzüglich zum Reinigen von Metallen, Geschirren, Fenstern, Steingut, für alle Haus- und Küchen-geräte. Nicht für die Wäsche.
Seifenfabrik Helvetia Olten.

[4122]

Ecole professionnelle communale de jeunes filles Neuchâtel.

Les cours professionnels suivants commenceront le **jeudi 19 avril** à 8 heures du matin:

Lingerie à la main, Broderie, Repassage;
Coupe et Confection pour élèves de classes de français;
Coupe et Confection de vêtements d'enfants.

Cours de dessin décoratif.

Classe d'apprentissage de lingerie (48 heures par semaine).

Pour renseignements, programmes et inscriptions, s'adresser à M^{me}. Légeret, directrice. — **Inscription mercredi 13 avril** de 9 heures à midi, au **Nouveau Collège des Terreaux**, salle No. 6.
4254] (H 3085 N)

Commission scolaire.

Der neue Briefsteller

für Abfassung von Briefen, Empfehlungen, Bestellungen, Inseraten, Rechnungen, Wechseln, Quittungen, Buchführung, Verträgen etc. 260 S., geb. Fr. 1.50

Vollständiger Liebesbriefsteller 75 Cts.
200 fröhliche Postkarten-grüsse 50 Cts.

Der kleine Dolmetscher oder der **beredte Franzose**, einfache, praktische Methode in kurzer Zeit und ohne Lehrer geläufig französisch sprechen zu lernen. Broschiert Fr. 1.—

Der italienische Dolmetscher, einfache Methode, in kurzer Zeit geläufig italienisch sprechen zu lernen Fr. 1.—
Alle 5 Werke statt Fr. 7.75 für nur Fr. 4.— versendet [4092]

A. Niederhäuser, Buchhdlg., GRENCHEN.

Kaffee geröstet

ausgesuchte Qualität [4266]

à Fr. 1.—, 1.20 per 1/2 Kilo.

Kaffeehaus Mönchenstein.

Singer's 
Saleuronat-Biscuits
(Kraft-Eiweiss-Biscuits)
Nahrhafter wie Fleisch.

Viermal so nahrhaft wie gewöhnliche Biscuits.
Bestes Biscuit für jedes Alter, besonders für Kinder, Reconvalescenzen. [4184]
Alleinige Fabrikation der Schweiz.
Bretzel- und Zwieback-Fabrik
Ch. Singer, Basel.

Beck's Wollseife

Beste Seife zum Waschen von **wollenen Unterkleidern, Kinderwäsche, Strümpfe, Decken etc.** Die Wolle bleibt **weich und geschmeidig** und geht nicht ein. Gebrauchsanweisung bei jedem Stück. Ueberall zu haben. [3657]

Frauenheim.

Frauen und Töchter finden in unserm Heim billige dauernde Aufnahme bei bester Verpflegung. (Altersheim.) Internat. Frauen- und Töchter-Vereinigung „**Frauen Glück**“ in **Heiden** (Schweiz). (D 765) [4257]

Sorgfältige, prompte Bedienung.

Kleider-Färberei

Sprenger-Bernet, St. Gallen
„Pilgerhof“ (Za G 406) Fabrik:
48 Neugasse 48 Konkordiastr. 3
Telephon! [4219]

Chem. Waschanstalt

Billige Preise

Ein eigen Grundstück.

Ich, ein Stück Garten mir zu roden Und dicht dabei ein kleines Haus!! Ich sah nach eigenem Grund und Boden Die sechzig Jahr vergeblich aus.

Von einem Fleck zog ich zum andern, Und immer müder ward der Schritt; Nie sah ich abends nach dem Wandern Auf meinem eignen Haustürtritt.

Fast wär' ich drüber weggestorben, Hätt' ich nicht noch in letzter Stund' Im Friedhof draussen mir erworben Zu meinem Grab den eignen Grund.

Nun steh' tagtäglich ich daneben Und sehe mich darin nicht satt. Wie schön ist's, wenn der Mensch im Leben Einmal ein eigen Grundstück hat!

(„Augenb.“)

Neues vom Buchermarkt.

Die gichtischen-harnsauren Ablagerungen im menschlichen Körper. (Schleichende Gicht.) Ihre Entstehungsurache und Behandlungsweise, dargestellt von Dr. med. W. F. Kitzel. Spezialarzt für gichtisch-rheumatische (orthopädische) und für innere Frauenbehandlung (Thure Brandt) in Franzensbad. Sechste geänderte Auflage. Preis Mt. 2.50. Franzensbad und Corbetta i. Thür. Im Selbstverlag. 1906.

Das vorliegende, ein für Laien und Ärzte geschriebenes Buch verfolgt einen doppelten Zweck. Es soll erstens die ärztliche Welt auf eine eigenartige, durch die langjährige Praxis gewonnene Theorie der schleichenden Gicht und deren Folgezustände und auf deren Behandlung aufmerksam machen; zweitens ist es dazu bestimmt, der großen Zahl der mit diesem schrecklichen Leiden Befallenen einen Weg zu weisen, vermittelt dessen sie Rat und Belehrung und selbst in verzweifelten, bisher aussichtslosen Fällen Besserung und Genesung finden können. Wer kennt nicht jene Anzahl

gichtkranker Menschen, die von Behandlung zu Behandlung, von Bad zu Bad geschleppt werden, ohne daß ihre verkrümmten und verkrüppelten Glieder wieder gebrauchsfähig und arbeitsfähig werden. — Sollen ja gerade jene Unglücklichen die bevorzugte Klientel aller Kurpfuscher und Quacksalber, die ihnen durch Versprechungen aller Art immer wieder neue Hoffnungen erwecken, um sie zum Schluß zwar um eine Erfahrung reicher, aber darum doch ungeheilt zu entlassen. — Gerade für diese an der ärztlichen Kunst Verzweifelnden ist das Buch ein guter Ratgeber, da es mit großer Offenheit und Klarheit von den Grenzen des Wissens auf diesem bisher zwar viel beschriebenen, aber doch so wenig erforschten Gebiete spricht. — Der Verfasser, der seit 25 Jahren sich eingehend mit dem Gegenstande beschäftigt hat, erzählt in deutlicher und überzeugender Weise, wie er durch praktische Erfahrung zu seiner Theorie gekommen ist, und wie er dann die Lehre weiter ausgebaut und durch die Erfolge, die er erreicht, gefunden hat. — Möge daher das vorliegende, klar und überzeugendvoll geschriebene Buch den Ärzten dazu dienen, aus dem reichen Schätze der Erfahrung des Verfassers Belehrung zu schöpfen für alle

derartigen Fälle zum Aus und Frommen ihrer Kranken, den Leidenden aber soll es Mut und Hoffnung einflößen, daß sie nicht an ihrer Heilung verzweifeln, sondern vertrauensvoll an eine Kurmethode herangehen, die ihnen sicherlich wieder den Gebrauch der Glieder verschaffen und sie selbst zu nützlichen Gliedern der menschlichen Gesellschaft machen wird.

Der zärtliche Gatte!

Ich habe mir erst kürzlich fast den Kopf zerbrochen, mit was ich wohl meine Frau zu Weihnachten nebst anderem erfreuen soll. Auf meine Frage antwortete sie lächelnd:

Siehst Du, das Gute liegt so nah und ihr Männer könnt es nur nicht sehen! Schenke mir doch eine Kiste Schuler's Goldseife und Waschpulver, das ist mir das Liebste und brauche es immer! Beide sind ja auch erst kürzlich auf der internationalen Ausstellung für Kunst und Gewerbe in Brüssel ausgezeichnet worden!

In sehr schöner Lage im Bündnerland sind hübsch möblierte größere und kleinere Wohnungen mit Wasser, Wasserleitung, elektrischem Licht, Sommer, englisch Closets, Telefon, Anteil an großem, schönem Garten, wenn gewünscht Stallung für Reitpferde, Wagen und Pferde zur Verfügung, zu sehr billigen Mietpreisen zu vermieten. Die möblierte Wohnung versteht sich mit Stügen, Tafelservice u. Holz, Milch, Eier, Schinken u. s. w. in tadelloser Qualität, weil eigen. Wenn gewünscht, Frühstück. Mittagstisch in nahe gelegenen Hotels, wenn keine eigene Küche und Bedienung gehalten werden will. Bei frühzeitiger Meldung können nach Wunsch und Bedarf größere oder kleinere Wohnungen zusammengestellt werden, für's Jahr, für den Sommer oder auch nur für kürzere Zeit. Gest. baldige Anfragen unter Chiffre B. v. B. 4244 befördert die Expedition. [4244]

Seide ist Mode.

Verlangen Sie Muster unserer Frühjahrs- und Sommer-Neuheiten für Kleider und Blousen: Habutai, Pompador, China, Rayé, Volle, Shantung, St. Galler Stickerei, Mousseline 120 cm breit, von Fr. 1.15 an per Meter, in schwarz, weiss, einfarbig und bunt.

Wir verkaufen nur garantiert solide Seidenstoffe direkt an Private portofrei in die Wohnung. [4166]

Schweizer & Co., Luzern K 46 Seidenstoff-Export.

Aquasana

Zwinglistrasse No. 6 ST. GALLEN

Wasser- und Licht-Heilanstalt Massage Sango Türkisch. Bad Wannenbäder

PIANOS HARMONIUMS ALFRED BERTSCHINGER OETENBACHSTR. 24 1STOCK ZÜRICH I

Schuler's Salmiak-Terpenin-Waschpulver 6. Durch SCHULER's gutes PULVER hier Wird Waschen wirklich zum Plaisier. Man wäscht so schnell und spielend leicht, Wie aller Schmutz sofort entweicht.

A. Jordi-Kocher, Biel empfiehlt in anerkannt reichhaltiger, geschmackvoller Auswahl und besten Qualitäten: Nouveautés für Damenkleider Neuheiten in Berner-Leinwand Blousenstoffen Aussteuerartikel Tischzeug, Handtücher etc. Vorhänge Muster werden auf Verlangen franco zugesandt. Das Anfertigen und das Stecken von Lingen wird rasch besorgt.

WER gute, solide, billige Schuhe einkaufen möchte und dieselben nicht von H. Brühlmann-Huggenberger in WINTERTHUR bezieht schadet sich selbst! Diese längst in der ganzen Schweiz und auch im Ausland bekannte Firma, die nur beste, preiswürdige Ware zu erstaunlich billigen Preisen in Verkauf bringt, offeriert: Damenpantoffeln, Stramin, 1/2 Absatz No. 36-42 Fr. 1.80 Frauenwerktagsschuhe, solid, beschlagen „ 36-42 „ 6.80 Frauensonntagsschuhe, elegant mit Spitzkappen „ 40-48 „ 6.50 Arbeitsschuhe für Männer, solid, beschlagen „ 40-48 „ 6.80 Herrenbottinen, hohe, mit Hacken, beschlagen, solid „ 40-48 „ 8.- Herrensonntagsschuhe, elegant, mit Spitzkappen „ 40-48 „ 8.50 Knaben- und Mädchenschuhe „ 26-29 „ 3.70 Zahlreiche Zeugnisse über gelieferte Schuhwaren im In- u. Auslande. (Za 3079 G) Versand gegen Nachnahme. Umtausch franko. [3981] 450 verschiedene Artikel. Illustrierter Preiscurant wird auf Verlangen gratis und franko jedermann zugestellt.

Wer etwas zu verkaufen hat oder zu kaufen sucht, eine Stelle zu vergeben hat oder eine Stelle sucht, Geld auszuleihen hat oder Geld zu leihen sucht, oder sonst irgend etwas in eine Zeitung einzurücken hat, der inseriert am erfolgreichsten und billigsten durch die Annoncen-Expedition F. Ruegg Rapperswil (Zürichsee).

LUCERNA SCHWEIZER MILCH-CHOCOLADE ISST DIE GANZE WELT

Bei Frauen- und Geschlechts-Krankheiten Gebärmutterleiden Periodenstörungen etc. wende man sich vertrauensvoll an das Postfach 40, Walzenhausen. Strengste Diskretion.

!Garantierte Rheumatismus-Heilung! selbst die veraltetsten Fälle, Rückenmarkserkrankungen, Hüftgicht, Ischias, Lähmungen etc. heilt schnell und ohne Berufsstörung durch briefliche Behandlung mit Indischen Pflanzen- und Kräutermitteln Kuranstalt Näfels (Schweiz) Dr. med. Emil Kahlert, prakt. Arzt. Tausende Dankschr. v. Geheilten z. Einsicht. Verl. Sie Gratis-Broschüre geg. Eins. v. 50 Cts. in Marken f. Rückporto.

Graphologie. Charakterbeurteilung aus der Handschrift. Skizze Fr. 2.-, Ausführliche Skizze Fr. 4.-. Honorar in Briefmarken oder per Nachnahme. Graphologisches Bureau Olten.

Neues vom Büchermarkt.

Eduard Mörikes sämtliche Werke. Herausgegeben und eingeleitet von Dr. Gustav Reyhner. 1 Band von 534 Seiten groß Oktav. Gebunden 3 Mark. (Stuttgart, Deutsche Verlags-Anstalt).

Langsam, aber stetig ist in den letzten Jahrzehnten der Ruhm Eduard Mörikes gewachsen; immer weiter hat sich die Einsicht verbreitet, welche edlen, echten Meister die deutsche Poesie an diesem Dichter besitzt, der zu seinen Lebzeiten nur erst in engerem, aber ausserordentlichem Kreise nach seiner ganzen Bedeutung gewürdigt worden war. Heute ist Mörike als einer unserer besten vom ganzen Volke anerkannt; seine Kunst ist zu jener allgemeinen, nicht mehr beschränkten Geltung durchgedrungen, die nur den „Klassikern“ nationaler Literatur zu teil wird. — So durften seine Werke, nachdem sie für den Buchhandel frei geworden sind, auch in der so beliebten und weitverbreiteten Serie der einbändigen Klassiker-Ausgaben nicht fehlen, die von der Deutschen Verlags-Anstalt in Stuttgart herausgegeben wird. Oft ist über Mörikes geringe äußere Produktivität geklagt worden; nun taucht man doch, wenn man sich den Band es ist, in dem man hier sein Lebenswerk zusammengefasst findet. Aber gewichtiger natürlich als der äußere Umfang ist der innere Gehalt dieses Bandes. Und auch da wird man sich mit Bewunderung aufs neue bewußt, welchen Reichtum an Tönen und Stimmungen, an Bildern und Gestalten das Schaffen Mörikes dem deutschen Volk geschenkt hat. Denn neben der Lyrik, die in ewig muttergültiger, fast allein mit Goethes Dichtung vergleichbarer Weise schlichte Natürlichkeit und hohe Kunstvollendung vereinigt, steht Mörikes Epik als ebenbürtiges Kind derselben, still und fest in sich ruhenden Dichternatur: die „Iphigie vom Bozensee“, das noch lange nicht genug gewürdigte, beglückend liebenswürdige Epos, das wie

Goethes „Hermann und Dorothea“ trotz der hermetrischen Fassung zu den deutschen unserer Dichtungen gehört, und die Prosawerke, voran der Roman „Maler Volten“, daneben die köstlichen kürzeren Märchen und Novellen, wie der „Schah“, das „Stuttgarter Hugelmannlein“ und „Mogart auf der Reife nach Prag“. Das Opernlibretto „Die Regenbrüder“ wird man so mehr interessieren, als es bisher in der Gesamtausgabe Mörikes fehlte; und mit ganz besonderem Interesse werden solche, die den „Maler Volten“ nur aus der (erst nach Mörikes Tod vollendeten und erschienenen) zweiten Fassung kennen, hier die erste (von 1832) kennen lernen, die in einem mit Benutzung eines Handemplars des Dichters hergestellten, von Druckfehlern und kleinen Irrtümern gereinigten Texte gegeben wird. — Auch der Ausstattung des Mörike-Bandes hat der Verlag besondere Sorgfalt und Liebe zugewandt, der Druck, auf schönem, feinem Papier, ist klar und deutlich und bietet ein angenehmes „Seitenbild“, der Einband, von Paul Gauheim entworfen, wirkt ebenso reich wie geschmackvoll. So empfiehlt sich diese Mörike-Ausgabe von selbst auch besonders als schönes, würdiges Geschenk und wird darum der immer wachsenden Mörike-Gemeinde doppelt willkommen sein.

Ein herzig Kind!

„Gegen einmalige Abfindungssumme wird ein Kind diskreter aber vornehmer Herkunft als eigen angenommen.“ Solche und ähnliche Inserate kann man oft in den Tageszeitungen lesen, und solche Geschäfte müssen sich auch immer realisieren, sonst würden ähnliche Anzeigen sich nicht immer wiederholen. Solcher Menschenverkauf scheint aber gestakt, sonst würde doch wohl eine Aufsichtsbehörde sie ausmerzen. Eine vornehme Mutter, die diesen Ehrentitel um keinen Preis tragen will, läßt für schweres Geld eine andere kaufen,

die sich auf gesetlichem Wege zur Mutter stampeln läßt. Das ist ein Stück sozialen Lebens, das einen Gegensatz findet in dem armen, verlassenen Mädchen, das jagend nur, im Schutz der Dämmerung, das Zeitungsbureau aufsucht zur Veröffentlichung des Notschreies ihres gequälten Bezugs, das sich dazu verstehen muß, sein Kind herzugeben, weil es nicht im Stande ist, dasselbe zu erhalten. Was ein solches, an des Lebens Härte verzweifendes, oft in feinen heiligsten Gefühlen betrogenes Mädchen sucht, das ist opferbereite, harmherzige Liebe, die geneigt ist, einem armen, bei seiner Geburt schon verfehmten Kindlein ein schützendes Dach, genügende Nahrung und selbstlose, warme Liebe zu bieten. Zum Glück für solche verlassene Waisen gibt es doch auch immer Ehen, wo der Kindersegen fehlt, wo der Schrei eines kleinen Kindes einen Sturm von Glückseligkeit entfesselt, wo dadurch jahrelanges Sehnen gestillt und der zerbrende Gram aus Haus und Herzen geseuchet würde. Für ein solch lebendiges Sorgenbrotchen, für solch ein verlassenes Kindlein wird ein trautes Heim, werden treue Eltern gesucht, die nicht um Kind und Liebe handeln, sondern die ihre warmen Herzen geben und das arme Waisenchen nehmen um der Liebe willen, die ihre Herzen erfüllt. Schriftliche Anfragen sind an die Redaktion zu richten unter Chiffre „Ein herzig Kind.“

Kurz vor Inkrafttreten des neuen Zolltarifs konnte noch ein kleiner Rest von dem reich so beliebt gewordenen Mailänder-Bienenhonig (Sommerernte, braun) herübergenommen werden. Verkauflich zum alten Preis von Fr. 7.40 die 8 Pfundbüchse, Zoll, Porto, Verpackung, Spesen und eine schöne, sehr solide Blechbüchse — alles inbegriffen. Auf Verlangen wird gegen Nachnahme des Betrages sofort Sendung gemacht. Offerten befördert die Expedition. [4098]

Dr. Carl Frey's
Salmiak-Terpentin
Seifenpulver
Die schönste Wäsche!

Cacao de Jong.
Der feinste und vorteilhafteste holländische Cacao.
Kgl. Holländischer Hoflieferant.
Goldene Medaille
Weltausstellung Paris 1900. — St. Louis 1904:
Grand Prix Hors Concours
Hygienische Ausstellung Paris 1901.
Garantiert rein, leicht löslich, nahrhaft, ergiebig, köstlicher Geschmack, feinstes Aroma. [4087]



Rudolf Mosse
grösste Annoncen-Expedition
des Kontinents
St. Gallen
(gegründet 1867).
Vertreter: **E. Diem - Saxer.**
Aarau — Basel — Bern — Biel — Chur
— Glarus — Lausanne — Luzern —
Schaffhausen — Solothurn.
Berlin - Frankfurt a/M. - Wien etc.
Zentral-Bureau für die Schweiz:
Zürich
empfiehlt sich zur Besorgung von
Inseraten
in alle schweizerischen und ausländ.
Zeitungen, Fachzeitschriften, Ka-
lender, Reise- und Kursbücher, ohne
Ausnahme zu Originalpreisen und
ohne alle Nebenspesen. [4065]
Bei grösseren Aufträgen höchster Rabatt.
Geschäftsprinzip:
Prompte, exakte und solide Bedienung.
Diskretion!
Zeitungskatalog gratis u. franco.

Die Gartenlaube
Das Lieblingsblatt der deutschen Familie
1906
Mit „Welt der Frau“ in Wochenheften für 25 Pfennig pro Heft.
Ohne „Welt der Frau“ in Wochennummern für vierteljährlich 2 Mark.

Selbst schwere Fälle
von
Lungenkrankheiten
Keuchbusten
Scrophulose
Influenza
werden überaus günstig beeinflusst und viele gänzlich geheilt durch das
Histosan
von
Dr. Fehrlin in Schaffhausen.
Histosan
wirkt so appetitanregend, beruhigend und kräftigend auf den Organismus, wie kein anderes Mittel. (B 476)
Nur echt in Originalflaschen à Fr. 4.— in den Apotheken vorrätig, oder wo nicht erhältlich, direkt zu beziehen von [4202]
Dr. Fehrlin, Schaffhausen.

— Magerkeit —
Schöne, volle Körperformen, gesundes, frisches Aussehen durch „**Securia**“ **Kraft-Nährpulver.** Stärkung des Gesamtuervensystems. — Glänzend bewährt Ueberrasch.-Wirkung. Preis per Dose Fr. 2.25, 5 Dosen auf einmal Fr. 9.—. (O 4200 B) [4191]
— Louis Pflüger —
BASELIO.

Echte **Berner Leinwand**
Tisch-, Bett-, Küchen Leinen etc. [4241]
Reiche Auswahl. — Billigste Preise.
Braut-Aussteuern.
Jede Meterzahl direkt ab unseren mech. und Handwebstühlen.
Leinenweberei
Müller & Co., Langenthal, Bern.

Vorhang- u. Etamin-Stoffe
sowie **Spachtel-Rouleaux** und **Rouleaux-Stoffe**
jeder Art kaufen Sie ganz besonders vorteilhaft im ersten Zürcher Vorhang-Versandgeschäft von
Moser & Cie., zur Trülle, Zürich I. [3954]
Verlangen Sie gest. Muster.
Einige ungefähre Angaben über Breite, Farbe und Preis sind bei der grossen Reichhaltigkeit sehr erwünscht.

LANG-GARNE
Beste **STRICKGARNE**
Lang-Garne sind in den Nummern 5/2, 7/2, 7/3, 9/2, 10/4, 12/4, in Doppelgarn Nr. 30/8, und allen Farben erhältlich. Diese Garne werden somit in den grössten bis zu den feinsten Sorten für Hand- und Maschinenstrickerei und ausschliesslich in bester Makoqualität erstellt. Zu Lang-Garn Nr. 5/2 wird zudem ein besonders passendes zweifaches Stopfgarn billigst abgegeben. Man verlange ausdrücklich Originalaufmachung mit dem Namen der Firma Lang & Cie. in Reiden. Auf Wunsch werden gerne überall Bezugsquellen angegeben. (H 883 Lz) [4205]
Echt englischer Wunderbalsam
beliebteste Marke [3998]
à 2 und 3 Fr. per Dutzend.
Reischmann, Apotheker, Näfels.

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Nr. 4.

April 1906

Die Kunst, richtig zu essen.

Das körperliche Gewissen ist bei den Menschen gewöhnlich nicht allzu stark oder wenigstens nicht stark genug ausgebildet. Es gibt nur wenig Leute, die ein sicheres Gefühl dafür haben, was für ihren Körper gut ist, und was ihm Schaden könnte. Namentlich in Bezug auf das Essen und Trinken trifft das zu, wobei allerdings nicht zu verkennen ist, daß manche ihr Gewissen übertäuben, indem sie auch gegen seine Warnungen ihrem Geschmacksreiz folgen.

Es ist daher durchaus richtig, wenn man von einer Kunst, richtig zu essen, spricht, für die Professor Max Einhorn in der „Zeitschrift für diätetische und physikalische Therapie“ geradezu den wissenschaftlichen Ausdruck Euphagie erfunden hat, während er in entsprechender Weise das zu schnelle und zu langsame Essen Tachyphagie beziehungsweise Bradhyphagie nennt.

Für die Kennzeichnung der Euphagie, also der guten Art zu essen, gibt bereits die Bibel eine Anweisung in dem Satz: „In dem Schweiß deines Angesichtes sollst du dein Brot essen.“ Die richtige Vorbereitung für eine Mahlzeit ist vorausgegangene Arbeit mit darauffolgender Ruhe. Die Arbeit ist notwendig, darf aber nicht zu Uebermüdung oder gar Erschöpfung führen, weil dann die Eßlust in der Regel verschwindet oder doch die Verdauung verlangsamt wird.

Zur Mahlzeit selbst soll man sich außerdem Ruhe und Zeit gönnen. Während des Essens soll man weder an seine Beschäftigung noch an ernste oder gar traurige Dinge denken, sondern das Essen als Hauptarbeit betrachten und ihm volle Aufmerksamkeit zuwenden, obgleich nicht zu verkennen ist, daß angenehme Gesellschaft und leichte heitere Gespräche zur Erhöhung des Genusses der Mahlzeit beitragen.

Seit einiger Zeit wissen wir, namentlich durch die grundlegenden Forschungen von Pawlow, daß die Gehirntätigkeit überhaupt von mäch-

tigem Einfluß auf die Verdauung ist. Schwere Sorgen können nicht nur den Appetit rauben, sondern unter Umständen auch geradezu Verdauungsstörungen hervorrufen. Andererseits geht die Mitwirkung des Gehirns daraus hervor, daß nach den Untersuchungen von Pawlow schon der Anblick von Leckerbissen eine Ausscheidung von Magensaft hervorruft. Daraus ergibt sich, daß auch das Äußere der Speisen, die Art der Anrichtung, die Gefäße, in denen sie aufgetragen werden usw., von einiger Bedeutung für die Bekömmlichkeit der Mahlzeiten sind.

Oft schon ist ferner darauf hingewiesen worden, daß man jede Speise gründlich kauen muß, weil die Verdauung einmal durch die Zerkleinerung, dann aber auch durch die Beimischung von Speichel erleichtert wird. Nach Professor Einhorn sollte Wasser ein steter Begleiter jeder Mahlzeit sein, da es den Appetit verstärkt, den Genuß der Speisen erhöht und außerdem eine Sicherheit dagegen bietet, daß man einen Bissen zu heiß verschluckt. Nach dem Essen muß dann ein wenig Ruhe eintreten, ehe man wieder zur Arbeit schreitet.

Die Tachyphagie, das zu schnelle Essen, ist wohl der meistverbreitete Fehler. Die Folgen ergeben sich daraus, daß die Speisen nicht genügend gekaut und dadurch schwer verdaulich werden. Daraus entstehen viele Störungen des Magens und des Darmes. Auch die Möglichkeit, daß infolge der großen Hast Speisen oder Getränke zu heiß oder zu kalt genossen werden, kommt hier in Betracht.

Das zu langsame Essen, die Bradyphagie, kommt weit seltener vor, so daß die Aerzte im allgemeinen immer für Verlangsamung des Essens zu sprechen haben. Immerhin kann auch die Uebertreibung nach dieser Richtung zu wirklichem Nachteil gereichen. Namentlich kommt der Genuß am Essen dabei zu kurz, und meist nimmt der Mensch bei zu langsamem Essen auch zu wenig Nahrung zu sich. Diesen Fall findet man verbunden mit einer gewissen Angst oder Aufregung vor dem Essen, und er muß mit großer Energie von Seiten des Patienten bekämpft werden. (Echo.)

Terpentin im Haushalt.

Für jeden Haushalt ist Terpentin von größter Wichtigkeit. Auf je 5 Liter Wasser einen Eßlöffel voll, beim Einweichen der Wäsche, löst den Schmutz und verleiht dieser eine blendende Weiße.

Delfarbenflecke aller Art schwinden, wenn man die Stoffe in Terpentin legt und nachher in mehreren Seifenwassern ausspült. Der Stärke einige Tropfen beigemischt, wird das lästige Ankleben des Bügeleisens

beim Blättern verhindert. Durch Bestreichen mit Terpentinspiritus wird Lackleder wieder glänzend und frisch.

Mit Terpentin getränkte Lappen in Mäuselöcher gesteckt, und fest gepfropft, vertreibt diese lästigen Tiere. Der Geruch vertreibt ebenfalls Motten. Terpentin mit geschmolzenem Wachs verrührt, gibt eine gute Bodenwische, welche sich viel billiger stellt, als gekaufte (per Pfund gelbes Wachs für 10 Cts. Terpentin). Brandblasen auf der Haut, die eine offene Stelle zeigen, vergehen bei Anwendung von Terpentin. Starke Heiserkeit vergeht fast augenblicklich, wenn man Flanelle in heißes Wasser mit Terpentin taucht, leicht ausringt und um den Hals wickelt. Dies Verfahren, recht heiß angewandt, wirkt sogar bei Kindern (sofort angewandt) in Croupfällen, dazu muß aber gereinigtes Terpentin verwendet werden. Gegen Rheumatismus und Hexenschuß angewandt, bringt er sofort Erleichterung.

Bei ansteckenden Krankheiten verdampft, leistet er gute Dienste zum Desinfizieren.

70 Gramm weißes oder gelbes Wachs mit 40 Gramm reinem Terpentin vermischt (auf gelindem Feuer) die Mischung zum Erkalten gestellt und hernach auf alte Fourniere aufgetragen und tüchtig gerieben, gibt dem Holz seine ursprüngliche Farbe wieder und einen schönen Glanz. Bilder und Spiegelrahmen poliert man mit einer Mischung von 45 Gramm weißem Wachs und 100 Gramm Terpentin. Die Masse wird erwärmt, bis sie gelöst und anfängt fest und weißlich zu werden. Hernach setzt man ihr unter stetem Rühren 25 Gramm Weingeist zu und trägt die Mischung mittelst wollenem Lappen auf und reibt solange, bis der Rahmen Glanz bekommt. Flecken von Wagenschmiere behandelt man mit einem in Terpentin getauchten Schwamm und bestreut dieselben hierauf mit pulverisierter Tonerde. Nach ca. 10 Minuten wird alles mit einem Messer abgeschabt. Ist der Fleck nicht gewichen, so vermischt man Terpentin mit Eigelb und wiederholt das Verfahren. Gummischuhe bessert man aus mit einem Stückchen Kautschuk, bestreicht dieses, sowie die schadhafte Stellen des Schuhs mit Terpentinöl und drückt gut an.

Einfache Desserts.

Apfelscheiben in Ausbacketeig in Schmalz und Butter gebraten, Weinbeeren in dickgekochten Zucker getaucht, mit Puderzucker bestreut und erkaltet und einzeln in kleine Papiermanchettchen gelegt, ebenso kandierte Nüsse, Pflaumen und Datteln bilden eine hübsche, abwechslungsreiche Dessertschüssel, deren Herstellung wenig Mühe verursacht.

— In Förmchen gedrückter Milchreis, den man umgestürzt mit Vanillesauce zur Tafel gibt oder den man, zu Würstchen gerollt, in Semmel und Ei paniert und in Fett ausbacken kann, hilft bei unerwartetem Besuch gut aus der Verlegenheit. Auch in den Fällen, wo das Hauptgericht der Mahlzeit etwas knapp ausgefallen ist, bietet diese billige Nachspeise einen guten Ausweg. Griesflammerie und Griesbeignets, Chokoladenspeise von Gries mit Schlagrahm, Citronen-, Wein- oder Weißbiergelee, sie alle sind bekanntlich wenig kostspielig, in den Rezepten einfach, und doch geben sie dem Menu stets einen willkommenen Schluß.

Kettig, Radieschen, Stangensellerie, Tomaten in Salz und Essig, Oliven vom Stein geschält, Käse, geröstete Peanuts, Paranißse, Indianalmonds (Mandeln), Kokosnuß, Salzmandeln, Käsestangen, Chesterkäs, Käsefondues, die bei Dieners nicht fehlen dürfen, sollte man der Abwechslung wegen auch zuweilen die Speisenfolge des täglichen Tisches beschließen lassen. In einigen Familien werden sogar als Nachtisch Mixed-pickles, saure oder Salzgurken, rote Rüben in Essig eingelegt und sauer eingemachte Pilze serviert. Daß alle süßen, warmen und kalten Mehl-, Milch-, Eier-, Saft- und Weinspeisen in das Gebiet des Nachtisches aufgenommen werden können, bedarf nicht erst der Erwähnung.

Stanniolpapier.

Wer Gelegenheit hat, Stanniolpapier zu sammeln, wie solches vielfach zum Verpacken von Chokolade, Thee, selbst Käse u. s. w. Verwendung findet, der mag diese Gelegenheit nicht versäumen, denn es lassen sich ganz hübsche Sachen damit zuwege bringen. Man kann mit Hilfe von Stanniol ein ganz ungefährliches Zimmerfeuerwerk ausführen, kann aber auch Zinkweiß daraus fabrizieren. Stanniolpapier ist nämlich nichts anderes als fein ausgewalztes Zinn, also eigentlich kein Papier, sondern ein Metall und darum ist es auch sehr schwer. Wird nun Zinn in Glühhitze gebracht, so oxydiert es, d. h. es verbindet sich mit dem Sauerstoff der Luft, und dadurch entsteht die bekannte Farbe Zinkweiß. — Dies ist der chemische Vorgang bei unserem Experimente. Um Zink in wirkliche Glühhitze zu versetzen, genügt allerdings eine einfache Kerzen- oder Lampenflamme nicht, hiermit könnte man das Zinn höchstens zum Schmelzen bringen. Wir müssen also ein sogenanntes Lötrohr zu Hilfe nehmen, um der Flamme noch mehr Sauerstoff zuzuführen und dadurch eine ungleich größere Hitze zu erzeugen. Am Ende erreicht man diesen Zweck aber auch schon ganz gut mit Hilfe einer Thonpfeife oder einer gebogenen Glasröhre, die vorn etwas zugespitzt wurde. Haben wir dies einzige erforderliche Werkzeug

bei der Hand, so schneiden wir aus dem Vorrat unseres Stanniolpapiereß schmale, lange Streifen und rollen einige derselben bis etwa zur Stärke einer Stricknadel zusammen. Nun zünden wir die Flamme an, halten das Lötrohr links von der Flamme, den Zinnfaden rechts von derselben und blasen durch ersteres Luft hindurch. Sofort bildet sich eine Stichtlamme, das Zinn wird glühend, als glühende Tropfen herabfallen, in Hunderten von glühenden Kügelchen umhersprühen, mittlerweile aber verbrennen und schließlich als weißes Pulver liegen bleiben, eben als Zinkweiß, das man dann sammeln und als weiße Farbe benutzen kann. Am schönsten nimmt sich die Sache aus, wenn man die Verbrennung nicht auf einem Tische vornimmt, sondern wenn Jemand das Licht frei im Zimmer hochhält, so daß die glühenden Tropfen hoch herab bis auf den Fußboden fallen müssen. Das Feuerwerk spielt sich sonach nicht in der Luft, sondern am Fußboden ab. Den Teppich muß man natürlich vorher wegnehmen, im Uebrigen aber braucht man nicht viel Angst zu haben; die auf dem Fußboden hinterlassenen weißen Linien und Flecke lassen sich sofort beseitigen, denn sie sind eben nichts weiter als Zinkweiß.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Brotsuppe. Man weicht Brot in Wasser, drückt es aus und röstet es mit Zwiebel in Fett, streut ein Löffelchen Mehl darüber, gibt ebenfalls ein wenig Kümmel oder gestoßenen Ingwer und Melken hinein, oder auch gar kein Gewürz, und beim Anrichten ein Ei, sowie etwas sauren Rahm. Selbstverständlich kocht man das Brot tüchtig zart durch.

*

Brotsuppe mit Parmesankäse. Man schneidet von drei gestrigen Brötchen die Rinde ab, schneidet das Innere in halbfingerdicke Scheiben, diese dann in kleine Vierecke, taucht sie in zerlassene Butter, legt sämtliche nebeneinander auf ein Blech, bestreut sie dicht mit Parmesankäse und läßt sie im heißen Ofen gelbe Farbe annehmen. Nun werden die Schnittchen in die Suppenschüssel gelegt und mit guter kräftiger Fleischbrühe übergossen und die Suppe mit Muskatnuß gewürzt serviert.

*

Lebersuppe. 125 Gramm Kalbsleber werden fein verwiegt und mit Salz, Muskatnuß, Schnittlauch, Petersilie und 1 Ei gut verrührt und dieses sodann in die siedende Fleischbrühe gerührt. Hat man nur Wasser, setzt man der fertigen Suppe etwas Fleischextrakt bei. Die Leber darf nur noch 2—3 Minuten aufkochen, sonst wird sie hart; auch soll die Suppe gleich aufgetragen werden.

Huhn à la Marengo. Zwei junge Hühner werden ausgenommen, abgefengt und roh in sechs bis acht Stücke geschnitten und gesalzen, mit einigen Löffeln Olivenöl, einer Scheibe Zwiebel und Petersilie etwa 30—40 Minuten zur Seite gestellt. In einer flachen Kasserole mit Deckel gibt man einige Löffel Olivenöl. Ist dieses heiß (wenn es raucht), so gibt man die Geflügelstücke mit den Gemüsen zu und bratet sie mit geschlossenem Deckel rasch auf allen Seiten an, dämpft sie dann etwa zehn Minuten, stäubt einige Löffel Mehl auf, gibt drei Löffel Tomatenpüree, einige Löffel Fleischbrühe zu und schmort das Geflügel in etwa 20—25 Minuten fertig. Dann richtet man es an und gibt mit Butter übergossene Nudeln dazu.

*

Kleine englische Bratwürste. 2 Pfund Schweinefleisch, 2 Pfund derbes Kalbfleisch, 2 Pfund Nierentalg werden ganz fein durch die Fleischhackmaschine getrieben, mit etwa $\frac{1}{2}$ Pfund eingeweichter Semmel, Salz nach Geschmack, gestoßenem Pfeffer, Gewürz, Nelken, fein geriebenem Wurstkraut, als: Pfefferkraut, Majoran, Thymian und Salbeiblättchen, sehr wenig Beifuß und geriebener Zwiebel oder Schalotte (auch nach Geschmack ein wenig Knoblauch) vermischt. Die Masse wird in dünne Därme gefüllt (die jetzt auch in Pergamentpapier imitiert werden) und fingerlang abgebunden. Sie werden fein gespeilert und in Butter oder Schmalz hellgelb gebraten.

*

Hirn mit Ei. In heiße Butter gibt man geschnittene grüne Petersilie und ein wenig Semmelbrösel, die man gelblich anlaufen läßt. Dann gibt man dazu das gut ausgewaschene und passierte Hirn von Kalb oder Schwein, Salz und Pfeffer und läßt es dünsten; dann schlägt man ein Ei darüber und läßt es noch einige Minuten dünsten.

*

Hecht in Eiersauce. Man macht ein Füllsel von 100 Gramm gehacktem Speck, 4 Zwieback, 2 ganzen Eiern, thut Salz, Muskatnuß und etwas Zitronenschale dazu und füllt dies in den sauber ausgenommenen Hecht. Dann setzt man den Fisch mit reichlich Butter in den Backofen, bestreut ihn mit halb Zwieback und Mehl und läßt ihn schön gelblich braten. Hierzu bereitet man folgende Sauce: 100 Gramm Butter läßt man mit Zwiebeln und einem Eßlöffel voll Mehl schwitzen, löscht es mit $\frac{1}{4}$ Liter Fleischbrühe ab, gibt einige Zitronenscheiben hinein, läßt die Sauce durchkochen und rührt sie mit 3 Eidottern ab. Den Hecht legt man auf eine Schüssel mit der Butter, worin er gebraten wurde.

Forellen blau mit Kartoffeln. Die Forellen werden schnell getötet, sauber ausgewaschen und in kochendem Salzwasser, dem etwas Essig beigelegt worden, 5 Minuten gekocht; zerlassene Butter und rund ausgestochene Salzkartoffeln werden dazu serviert.

*

Selleriesalat. Man reinigt einige große Sellerieköpfe, entfernt die schönen, grünen Blätter und wäscht letztere in Wasser. Dann legt man den Sellerie eine halbe Stunde in kochendes Wasser, läßt ihn auf einer Serviette trocknen, schneidet ihn würflich, gibt die Blättchen dazu nebst Salz und Essig, schüttet ihn einigemal herum, läßt den Essig ablaufen, gibt Del und Pfeffer dazu und mengt das Ganze gut durcheinander.

*

Warmer Weißkrautsalat. Nachdem das Kraut geschnitten, wird es gesalzen, fein geschnittene Zwiebel dazu gegeben, dann ein Stückchen Schmalz in einem Pfännchen mit Essig und Wasser kochend heiß gemacht, sogleich über das Kraut geschüttet, gut durcheinander gemengt und zu Tisch gegeben. Man kann auch statt Schmalz Speckwürfel nehmen.

*

Das Kochen der alten Kartoffeln. Um diese von dem üblen, fauligen Beigeschmack vollständig zu befreien, werden dieselben vor dem Kochen ganz rein gewaschen, dann übergießt man sie mit kochendem Wasser, setzt sie auf's Feuer, läßt einen Wall darüber gehen und gießt das Wasser vollständig ab, setzt sie abermals mit kochendem Wasser auf's Feuer und kocht sie weich. Durch dieses Verfahren erzielt man wenigstens noch eine genießbare Kartoffel.

*

Grüne Kartoffeln. (Basler Art.) Ein Kilo kleine, nicht mehliges Kartoffeln wird gewaschen, geschält, in nicht zu dünne Scheibchen geschnitten und in siedendem Salzwasser halb weich gebrüht. In etwas frischer Butter wird ein aufgehäufter Eßlöffel voll verweigtes Grünes (Spinatblätter, Petersilie und Zwiebelröhrli) samt 1—2 Kochlöffel Mehl gedünstet, mit Fleischbrühe oder Kartoffelbrühwasser zu einer glatten Sauce aufgekocht, etwas Salz, eine halbe Tasse Milch oder ein halbes Glas Weißwein den Kartoffeln zuletzt zugefügt, diese noch gar gekocht und beim Anrichten mit einem Güzchen „Maggis Würze“ abgeschmeckt.

*

Käsekrapfen. Man rollt ein wenig Blätterteig, schneidet denselben in längliche Stücke, legt auf den Teig ein wenig fein geschnittenen Käse, schlägt die Ranten um und läßt das Gericht im Ofen gar werden.

Bratenschmalz und Kochfettreste wieder klar zu machen. Verschiedenartige Fettreste, die natürlich tadellos unverdorben sein müssen, stellt man mit ebenso viel kalter Milch (es kann abgerahmte Magermilch sein) in einem großen Topf aufs Feuer und läßt es so lange zusammen gut aufkochen, bis das Fett völlig klar oben schwimmt. Dann läßt man es zusammen erkalten, nimmt das Fett ab, schabt alles an der Unterseite angelegte Unreine sorgfältig ab und schmelzt es nochmals ein, worauf man es in die dazu bestimmten Vorratstöpfe füllt. Es ist wieder ganz rein und zu allen Kochzwecken brauchbar. Besonders empfehlenswert für Backfett, das durch Ausbacken irgend welcher Speise trübe geworden ist.

*

Ein gutes Würzemittel hat vornehmlich zwei Bedingungen zu genügen. Einerseits muß es so konzentriert sein, daß es schon in kleiner Gabe volle Würzekraft entfaltet; in dieser Ausgiebigkeit liegt sein wirtschaftlicher Nutzen. Andererseits darf es nur milde, keine reizende Wirkung auf den Organismus ausüben. Beide Forderungen erfüllt „Maggis Würze“ in idealer Weise, wie aus dem Gutachten erster Fachleute und aus den zahlreichen Untersuchungen wissenschaftlicher Autoritäten erhellt. Ein solches Anregungs- oder Genußmittel ist nach den Lehren der neueren Forschung für unsere Ernährung ebenso wichtig, als die eigentlichen Nährstoffe, denn es macht diese durch seine günstige Wirkung auf die Verdauung und Nervensystem dem Körper erst nutzbar.

*

Vanille sparsam zu verwerten. Man nehme eine Stange Vanille, stecke diese, aufgeschnitten, in eine mit Zucker gefüllte Flasche und versehen dieselbe mit einem guten, reinen Kork. Es bildet sich alsdann in der Flasche der schönste Vanillezucker. Nachdem man von dem Zucker gebraucht, fülle man die Flasche wieder mit Zucker. Diese Prozedur kann man mehrmals wiederholen, bevor die Vanille ihren Geruch und Geschmack vollständig an den Zucker abgegeben hat.

*

„Heute gibt's Maccaroni!“ Dieser Ruf, mit dem sich die neapolitanischen Schiffer begrüßen, sollte noch weit mehr als bisher auch in unseren Haushaltungen ertönen, umso mehr, als unsere Maccaroni den „ächt italienischen“ an Reinheit des Geschmacks und Aussehens weit überlegen sind. Speziell die von C. S. Knorr nach neuem patentierten automatischen Verfahren hergestellten sind in dieser Beziehung unerreicht. Bei den hohen Fleischpreisen sind wohlschmeckende Eierteigwaren die beste, billigste und zuträglichste Ergänzung des Mittagstisches.