

Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 29 (1907)
Heft: 44

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 26.05.2025

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

Schweizer Frauen-Zeitung.

29. Jahrgang.

Organ für die Interessen der Frauenwelt.

Abonnement.
Bei Franto-Zustellung per Post:
Halbjährlich Fr. 3.—
Vierteljährlich „ 1.50
Ausland zuzüglich Porto.

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. 60a.
Post Laugafak
Telephon 376.



Insertionspreis:
Per einfache Pettzeile
für die Schweiz: 25 Cts.
„ das Ausland: 25 Pfg.
Die Reklamezeile: 50 Cts.

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

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

St. Gallen

Motto: Immer strebe zum Ganzen, und kannst du selber kein Ganzes
Werden, als dienendes Glied schlies an ein Ganzes dich an!

Sonntag, 3. Novbr.

Inhalt: Gedicht: Allerseelen. — Ein Allerseelen.
— Ehecheidungen in Frankreich. — Der Sport als
Heilmittel. — Sprechsaal. — Neues vom Bücher-
markt. — Briefkasten der Redaktion. — Feuilleton:
Dornröschen.
Beilage: Neues vom Büchermarkt. — Ein Kapitel
von Nachfrage und Angebot. — Aphorismen. — Brief-
kasten der Redaktion.

Ich aber dacht' im Stillen,
Da mücht' ich drüben sein,
Wo arme Menschenkinder
Den Toten beneid'n.

Des Grabes schönste Zierde
Was man mir sagen mag,
Das ist die Dankestränne
Am Allerseelentag.

J. Brässel.

Diese Tränen, welche die Wangen nicht
feuchten, sind ägende Tropfen, die wie Gift im
Verborgenen immer tiefer dringen und weiter
um sich fressen und wovon der unablässig nagende
Schmerz die Seele immer auf's Neue bluten
läßt. Wer vermüchte auch solch eine Grabstätte
zu schmücken zum lindernden Trost! Und wer
könnte Vergessen finden, wenn das verborgene
Feuer beständig brennt.

Allerseelen.

Bermittelt ist die Anschrift,
Kein Kranz den Hügel schmückt,
Ein Mann steht dran, ein armer,
Das greise Haupt gebückt.

Was betest du zur Stunde?
Was soll der Träne Glanz?
Was zittern deine Hände,
Am alten „Rosenkranz“?

„Ich bet' an Allerseelen
„Und bete alle Tag,
„Dass, der da unten lieget,
„Wohl Frieden haben mag.

„Die Welt hat ihn vergessen,
„Den edlen, braven Mann,
„Der hat in seinem Leben
„Viel Gutes mit getan.

„Und wenn ich keine Kränze
„Und keine Rosen hab',
„So zier' des Dankes Träne
„Das grasbewach'ne Grab.

„Mehr kann ich ihm nicht geben,
„Vergelt's ihm jener dort!“
So spricht er und fährt leise
Im „Water unser“ fort. — —

Sieh' dort! Wie glänzend leuchten
Auf weissem Marmorstein
Der Grabchrift Goldbuchstaben,
Wer mag da unten sein?

Das reiche Kranzgewinde
Von Blumen aller Art,
Flocht das wohl frommen Sinnes
Die Liebe rein und zart?

So frag' die Magd, die eben
Die Blumen niederlegt,
Was sie in ihrem Herzen
Zu diesem Tun bewegt!

„Ich weiß es nicht,“ so spricht sie,
„War allweg auch ein Christ.
„Ich schmück' das Grab mit Kränzen,
„Weil es so Mode ist.“

Ein Allerseelen.

Mit hoffnungsfroh geschwellten Segeln sind
sie seiner Zeit ausgefahren ins Meer des Lebens,
die tatendürstigen und jugendkräftigen Menschen
alle: ihnen leuchteten die beehren Ideale, denen
sie entgegenstrebten und auf den Wellen der Be-
geisterung schwimmend, sahen sie schon den Hafen
des Erfolges vor sich, indem sie nach den Mühen
und Anstrengungen des Lebens ausruhen konnten.
Ein Lebenswerk — wer möchte ihm nicht alle
seine Kraft widmen.

Aber der Gräbersonntag, der Tag der Toten,
kommt noch ehe die Knospen alle sich entfaltet
haben, noch ehe jede Hoffnung sich erfüllt hat.
Enttäuschungen und geknickte Hoffnungen —
wer wüßte nicht davon zu erzählen! Wie viel
Kompromisse mit der Gewöhnlichkeit müssen ge-
schlossen, wie viel bittere Enttäuschungen durchlebt
werden, bis die stille Resignation des Toten-
sonntags das zuckende Herz zwingt.

Tausende wallfahrten am offiziellen Toten-
sonntag zu den Gräbern und die Tränen der in
Trauerkleider Gehüllten brennen auf unseren
Herzen.

Die Toten aber, die ungesehen bestattet
werden: die vernichteten Hoffnungen, die in den
Staub getretenen Ideale, unseres Lebens zer-
störter Inhalt, die uns auf Nimmerwiedersich
geraubte frohe Zuversicht, das sind die schmerz-
vollsten Grabstätten, an denen unser siegesfähigeres
Wollen und die zu Boden getretene Eigenliebe
verzweifeln und weint.

Man sagt, daß die rinnenden Tränen den
brennenden Schmerz löschen und daß in dem
Bedürfnis und in der Möglichkeit, die Ruhe-
stätte der Heimgegangenen zu schmücken, das
bittere Weh der Hinterbliebenen sich säufte und
mit der Zeit in ein wohlthuendes Gefühl sich
wandle. Die Zeit lehrt sie die Kunst des Ver-
gessens.

Nicht so ist es mit den Tränen, die nach
innen gemeint werden an der Grabstätte der-
jenigen Verluste, für die man keine Trauer-
kleider trägt und bei deren Bestattung wir keinerlei
teilnehmende Zeugen wünschen.

Den grimmen Schmerz um verlorene Ideale,
um vernichtete Hoffnungen, um den zu Grunde
gerichteten, scheinbar unverwundlichen Glauben an
Liebe und Treue können wir nur bekämpfen,
wenn wir uns völlig darein versenken und ihn,
unbarmherzig gegen uns selbst, vor uns auf den
Seziertisch legen, daß wir unter das Ver-
größerungsglas nehmen, was wir nicht klar zu
unterscheiden vermögen und nicht ruhen, bis ent-
kleidet von allen fremden und kranken Teilen,
das gesunde Fleisch zu Tage tritt.

Wie viel eigenes Verschulden und Irrtum
unserseits werden wir da finden, wo wir vordem
nur die Verfehlung Anderer gesehen. Wie viel
bittere Enttäuschung wäre uns erspart geblieben,
wenn wir nicht in Ankränkung Schmerzversunken,
dem scheinbar unabhänglichen Geschick uns mut-
los preisgegeben hätten.

Nicht alles, was wir erstarrt sehen, ist end-
gültig tot; mit unermüdlcher Beharrlichkeit ist
schon mancher Scheintote wieder zum Leben er-
weckt worden. Und wenn das dem sterblichen
Leib geschehen kann, der unter gewissen Be-
dingungen sterben muß, ob der Wille zum
Leben auch noch so stark sei und die ärztliche
Bemühung das höchste leistet, so kann kein Zweifel
herrschen, daß die in uns erstarrten und bereits
zu den Toten gelegten idealen Güter wieder neu
belebt werden können, wenn nur der gute Wille
dafür kräftig einsetzt und die Klippen gemieden
werden, an denen unser Seelenfrieden gescheitert
war. Da freilich dürfen wir nicht hartnäckig
uns in eine Idee verböhren, sondern wir müssen,
wenn es nötig ist, unser eigenes Selbst verleugnen
und ein Ideal als solches akzeptieren können,
das nicht von uns aufgestellt ist, und nicht
speziell unseres Geistes Züge trägt.

Wenn wir den in uns erstorbenen Glauben
an Liebe und Treue wieder beleben, so findet
der suchende Blick ihre Spur auch wieder und
daraus schöpfen die geknickten Schwingen der
Hoffnung wieder neuen Impuls, um, wenn auch
zaghast erst, aufs Neue ins rosige Licht zu steigen.

Schmücken wir also die Gräber derer, die
uns verlassen haben, um unter den stillen Hügel
zu ruhen, vergessen wir aber nicht, zu ernster

Selbstschau auch an diejenige Grabstätte zu treten, in denen durch unsere eigenen Fehler und das Verschulden Anderer, unsere Lebensfreude und unser Seelenfriede in Erlösung bestattet liegen. Denn dort unter Schutt und Trümmern finden wir die Bausteine zu einem neuen Lebensglück; dort keimt die Blume neuen Hoffens und dort schöpfen wir neue Kraft zu neuem und besserem Wirken.

Die Ehescheidungen in Frankreich.

Obgleich die Ehescheidung in Frankreich schon im Code Napoleon enthalten ist, blieb sie seit dem ersten Kaiserreich tatsächlich abgeschafft und wurde erst unter der dritten Republik und zwar im Jahre 1878 wieder hergestellt. Anfänglich war der Widerstand gegen Geschiedene groß, aber derselbe ist so rasch geschwunden, daß heute selbst in der besseren Gesellschaft Geschiedene und sogar wiederverheiratete Geschiedene als völlig ebenbürtig zugelassen sind. Die Zahl der Ehescheidungen war schon anfangs der 1890er Jahre auf sechsstaunend jährlich gestiegen, hat sich aber seitdem noch fortdauernd gemehrt, so daß man in dieser republikanischen Institution bereits eines der furchtbarsten, die allgemeine Zerfetzung förderndes Uebel erblickt.

Die Ehegatten trennen sich unter dem ersten besten Vorwand und wegen der nichtigsten Dinge. Familien, von denen man glaubte, daß sie aufs Solideste fundamentiert seien, werden jeden Augenblick aufgelöst. Nicht einmal das Interesse für die vorhandenen Kinder schreckt die Eltern von der Trennung ab, sobald sie sich gegenseitig nicht mehr gefallen. Und nicht nur in Paris, sondern auch in der Provinz sind gegenwärtig die Gerichte derart mit Ehescheidungsprozessen überhäuft, daß ihnen geradezu die Zeit fehlt, die Aussagen der Parteien mit der nötigen Gründlichkeit zu kontrollieren. Wenn dann noch, wie es häufig geschieht, von dem beklagten Ehegatten kein energischer Widerstand geleistet wird, so läuft der richterliche Spruch meist auf die von dem anderen Teile beantragte Scheidung hinaus. Der beklagte Teil ist damit in der Regel ebenso sehr befriedigt wie der klagende, der gelinde Widerstand war nur ein fingierter, der eine Ehegatte der Mitschuldige des anderen.

Während noch vor einigen Jahren die Ehescheidung sozusagen ein Vorrecht der Bourgeoisie war, breitet sie sich heute mehr und mehr auch in Arbeiterkreisen aus, was die größte Gefahr für die Zukunft des Landes bedeutet. Von vielen Frauen der Arbeiterwelt wird heute die Ehescheidung als das untrügliche Mittel angesehen, um ihrem Elende zu entinnen. Anstatt die Schäden ihres Ehelebens mit stilllichem Ernste und christlichem Sinne auszubessern, suchen sie sich von ihrem Lebensgefährten loszumachen, ihn eventuell auch mit einem anderen zu vertauschen, wobei sie natürlich häufig vom Regen in die Traufe kommen. In diesen Kreisen sind es nämlich in der Regel die Frauen, von welchen die Scheidung bei Gericht beantragt wird. Sie klagen den Mann an, daß er ein Trunkenbold sei, daß er sie schlage und sie im Elend lasse — dabei aber vermeiden sie wohlweislich, von ihren eigenen Fehlern zu sprechen, während diejenigen des Mannes gewöhnlich übertrieben werden.

Das Gericht läßt dann Erhebungen über diese Aussagen anstellen, aber bei der großen Zahl der zum Spruche vorliegenden Scheidungsklagen kann es sich nicht selbst mit jenen Erhebungen befassen, sondern überträgt dieselben der Polizei, die sich ihrerseits wieder in den allermeisten Fällen darauf beschränkt, am Domizil der Ehegatten, bei ihrem Hausherrn und ihren Nachbarn die nötig erscheinenden Erkundigungen einzuziehen. Die auf Scheidung klagende Frau hat aber für diesen Fall bereits vorgesorgt, den Hausherrn und die Nachbarschaft bearbeitet, so daß diese den von der Sache vielleicht noch gar nicht unterrichteten Ehemann ohne dessen Vorwissen und Beisein der forschenden Polizei gegenüber in der Regel nicht glimpflich behandeln, es dabei auch mit der Wahrheit durchaus nicht genau nehmen. Jetzt erst wird der Ehemann vorgeladen, hat vor Gericht in der Beängstigung über das Vorgehen seiner Frau nicht selten den Kopf ver-

loren und findet sich so oft ganz außer Stand, gegen all die von seiner Frau herbeigeschleppten Beweise aufzukommen: er wird verurteilt, wenn er nicht Geistesgegenwart genug hat, um das Uebertriebene der gegen ihn erhobenen Beschuldigungen zu entkräften. Die offensichtliche Oberflächlichkeit des gerichtlichen Ehecheidungsverfahrens beweist nur, wie wenig heilig dem Gesetz und seinen Wächtern der ganze Ehebund erscheint.

(Fortsetzung folgt.)

Der Sport als Heilmittel.

Es ist nicht zu leugnen, wir Kinder des zwanzigsten Jahrhunderts sind zu einer nie dagewesenen Höhe der Kultur gelangt. Aber als neide sie den Menschen die glänzenden Erzeugnisse der Kultur, magt sie gierig an Gesundheit und Lebenskraft der Kulturvölker. Die verbreitetste und unangenehmste Krankheit ist ohne Zweifel die Nervosität.

Die Reize, die unsere Nerven als die Endpunkte unserer Empfindungen treffen, sind zahllos. Bald ist es ein Ereignis im Familienkreise, bald eine Lebensfrage, bald ein großer, die Allgemeinheit bewegender Moment, kurz, die Ursachen, die unser Blut in Wallung, unsere Nerven in Aufregung bringen, sind mannigfaltig.

Beim gefunden Menschen geht mit der Beseitigung der Ursache auch die Wirkung wieder vorüber.

Anderer aber steht es beim Kranken, beim nervösen Menschen. Da werden die Ursachen zur Erregtheit, wenn sie nicht von außen kommen, von innen herausgeboren. Da macht jeder harmlose Reiz, den ein Gesunder kaum spürt, eine Unzahl der lebhaftesten und stürmischsten Empfindungen rege, da reagiert gleich das gesamte Nervensystem wie eine elektrische Batterie. Ungebild, Neizbarkeit, stürmisches Handeln und ebenso schnelles Erschlaffen, das sind die Kennzeichen der Nervosität. Zu diesen Zeichen einer gestörten Denkt- und Willenskraft gesellen sich bald körperliche Begleiterscheinungen wie: Kopfschmerzen, Schwindel, Mattigkeit, Gliederschmerzen, Verdauungsstörungen und Abmagerung. So stellen sich die Nervösen als willen- und kraftlose Geschöpfe dar, die mit sich und der Welt unzufrieden sind.

Ueberanstrengung und Ueberarbeitung sind die Hauptursache der Nervosität. Daher bewegt sich auch die Behandlung derselben in den Bahnen einer rein naturgemäßen Heilung. Der ganze Arzneischatz versagt und an seine Stelle treten frische, freie Luft, richtige Diät und ganz besonders der Sport.

Jede Art von Sport ist gesund, wenn er methodisch, vernünftig betrieben wird. Jeder Sport ist als Abhärtungsmittel und Heilmittel gut, wenn er vorsichtig betrieben wird, immer der Individualität des Betreffenden angemessen. So wohlthätig und heilkräftig der methodische und naturgemäße Sport ist, so nachtheilig weist sich der übertriebene, plan- und maßlose. Jede Ueberanstrengung der Muskeln ist auf die Dauer schädlich. Sportsleute von Beruf, wie Rennfahrer, leiden frühzeitig an Veralfung der Arterien, der bekannten Arteriosklerose, an Herzfehlern und anderen Krankheiten. Ganz besonders dürfen schwächliche, bleichsüchtige und nervöse Personen nur langsam, allmählich und vorsichtig die Anstrengungen und Kraftübungen steigern. Geschieht dieses aber, so ist jede Art von Sport ein Segen für die Menschheit.

Für jeden denkenden Menschen ist ein Heilmittel wie ein Sport, der im Freien ausgeübt wird, viel mehr ansprechend, als eine geheimnißvolle Arznei, für deren sichere Wirkung selbst der beste Arzt nicht immer die Bürgschaft übernehmen kann. Dagegen hat jeder mit Ausdauer und Vorsicht ausgeübte Sport seine sichere Heilwirkung. Er bringt eine Anzahl von Muskelgruppen zur Tätigkeit und steigert dadurch den Blutumlauf und Stoffwechsel in hohem Maße. Wer aber seine Muskeln stärkt, der kräftigt auch seine Nerven. Sport und Nervenschwäche, Sport und Nervosität sind zwei Feinde, die nicht nebeneinander bestehen können. Nicht nur für Nervöse, auch für Festlichste ist der Sport zu empfehlen, denn er vermindert das Wasser im Organismus. Fette Personen haben weniger gutes Blut als die mageren, und blutarme Menschen sind weniger widerstandsfähig gegen Anstrengungen und Krankheiten als die blutreicheren.

Bei blutarmen, bei fetten Menschen, ist das Mischungsverhältnis des Blutes nicht normal, das Blut enthält zuviel Wasser, es ist zu wässrig. Ist aber der Wassergehalt der Organe zu groß, so verringert sich die Leistungsfähigkeit derselben, namentlich die Schnelligkeit sowohl bei körperlicher als auch bei geistiger Arbeit. Wer bei den leichtesten Arbeiten in Schweiß gerät, dessen Blut hat zu viel Wasser. Viele Menschen glauben, daß ihnen das Alter die Kraft geraubt habe, während es in Wirklichkeit nur

ihre Fettucht, der starke Wassergehalt ihres Blutes ist, der ihnen schnelles und anhaltendes Arbeiten unmöglich macht. Je stärker das Nützelsystem eines Menschen ist, desto weniger leicht gerät er ins Schwitzen.

Wir können den normalen Wassergehalt unseres Blutes wieder erlangen, wenn wir oft körperliche Übungen und Bewegungen bis zum starken Schweißausbruch machen. Dazu eignet sich am besten ein Sport. Es ist dabei unerlässlich, wollene Unterkleider zu tragen und zu Schluß der Übung mit leichteren Bewegungen so lange fortzufahren, bis das Schwitzen nachläßt.

Die Ansicht, daß man schon in der Jugend mit dem Betreiben irgendeines Sportes beginnen müsse, ist eine irrige. Der menschliche Körper bildet sich bis zum 50. Jahre aus; also kann man bis zu diesem Alter immer noch den Sport als Heilmittel in Angriff nehmen. Personen von schwacher Brust, schlechter Verdauung, oder solche, die an Blutarmut leiden, sollten sich, wenn eben möglich, irgendeinem ihnen zuzugewandten Sport zuwenden, sei es Turnen, Reiten, Radfahren, Rudern, Schwimmen und dergleichen.

Im Durchschnitt ist bei fetten Personen der Blutumlauf sehr beeinträchtigt. Das Blut der unteren Körpertheile kann nur langsam und schwer zum Herzen zurückströmen. Bei Mageren saßt die Lunge in der Regel doppelt so viel Blut als bei den Fetten. Der Magerere denkt und handelt schneller als der Dide.

Wer aus irgend einem Grunde einen „Sport im Freien“ nicht ausüben kann, sollte irgend eine Heilgymnastik im Hause treiben und dabei die Massage nicht vernachlässigen. Die Massage nimmt neben dem Sport mit Recht eine große Stellung im Heilshatz ein. Unter Massage verstehen wir die Summe von Handgriffen, mittels welcher die unbewaffnete Hand die Körpergewebe des passiven Kranken zu Heilzwecken mechanisch beeinflusst. Die Massage wird mittels der Hände auf dem unbedeckten Körper ausgeführt. Alle Versuche, die unbewaffnete Hand durch Apparate, Instrumente oder Maschinen zu ersetzen, sind mißglückt.

Die Zahl und Dauer der Massageleistungen ist verschieden. In der Regel genügt eine Sitzung von 10 bis 20 Minuten. Die Kraft, mit welcher die Massage ausgeführt wird, richtet sich nach Patient und Krankheit. Bei Körpertheilen, die von mächtigen Muskelmassen umgeben sind, muß man natürlich mehr Kraft anwenden, als bei oberflächlich liegenden, nur von der Haut bedeckten.

Die Massage bleibt aber immer nur ein schwacher Ersatz für den regelrecht ausgeführten Sport. Ihn gehört die Zukunft.

Sprechsaal.

Fragen.

In dieser Audrik können nur Fragen von allgemeinem Interesse aufgenommen werden. Stellen-gesuche oder Stellenofferten sind ausgeschlossen.

Frage 9621: Ist es richtig, daß ein Mann, wenn er sich verheiratet, einbeide zu zwei ebenso billig, resp. zu denselben Kosten leben kann, wie für sich allein im ledigen Stand? Antwort von Verheirateten verbannt
Einer, der sich darum interessiert.

Frage 9622: Wie kann ich mein Mobilair rechtlich schützen? Ich habe vor einiger Zeit von dem Mieter einer größeren Wohnung zwei Zimmer bezogen, die ich mit meinem eigenen Mobilair ausstattete. Mit der Miete der zwei Zimmer war Küchenanteil vereinbart. Auch die Küche verfaß ich mit meinen Utensilien. Nun kommt mir zu Ohren, daß der Mieter der Wohnung sich in Zahlungsschwierigkeiten befinde und daß ich gewärtigen müsse, daß auch bei mir gefändet werde, wenn es bei dem Mann so weit kommt. Wie kann ich das vorbeugen?
Eine Geängstigte.

Frage 9623: Ist sichere Hoffnung vorhanden, daß einer 35-jährigen Frau, welche infolge von heftiger Kopfschmerzen alles Haar verloren hat, der Schmelz des Hauptes durch die innereobohndene Naturkraft wieder ersetzt wird? Und gibt es in diesem Fall unschädliche Mittel, um die Tätigkeit der Natur anzuregen, ihr nachzuhelfen? Die Patientin würde nur ein Mittel anwenden, dessen Zusammenfassung nachgenießen werden kann. Sie ist in dieser Beziehung witzig geworden. Hatte doch eine Bekannte, die während einer Kurzeit sich etwas zugute tun wollte, eine ihr sehr gerühmte Zahntinktur zur Reinigung der Zähne angewendet, die einen glänzenden Erfolg und nachher ein trauriges Resultat erzielte: Die Zähne wurden nach der ersten Anwendung schon blendend weiß und von Zahntein befreit. Nachher aber verloren die Zähne den Schmelz und in kurzer Zeit fielen sie schmerzlos aus. Also nur ein erprobtes Haarwuchsmittel wird erbeten.
S. 11. in 3.

Frage 9624: Lassen sich auch die Kartoffeln in einer Sandkiste aufbewahren, wie dies mit den Wurzelgemüsen der Fall ist? Zu unserer Wohnung gehört nämlich kein Keller, sondern die Stelle desselben muß in dunkler Gängecke gelegener großer Schrank versehen. Wie kann ich geräucherter Fleisch zum Wintergebrauch aufbewahren? Freundliche Anleitung verdankt beliens Eine Leserin.

Frage 9625: Bei dem vierjährigen Wüchsen einer Nachbarin stellen sich seit zwei Jahren schon früh im Herbst zuerst heftiges Weiden, dann Rote und Geschwür der Zehen und Fußränder ein. Wenn dieser Zustand eintritt, will das Kind weder Schuhe noch Strümpfe tragen und es reibt und kratzt die Füßchen, bis es wund ist. Das ist eine arge Plage für die Mutter und das Kind. Wie sieht es nicht etwas tun am Anfang, damit es nicht so schlimm wird? Für guten Rat wäre sehr dankbar Frau B. M. in S.

Frage 9626: Wie teilen sich Mann und Frau in ihre Rechte und Pflichten, wenn jedes einer Gemerksverbindung angehört und beide zur selben Zeit ihre Verpfändungen und ihre festlichen Anlässe haben? Aus Freundschaft und Gutmitigkeit und auch aus Interesse an der Sache habe ich einige Male zur Beaufsichtigung der Kinder und Pflege der alten, kranken Mutter Aushilfe geleistet. Allzu oft möchte ich dies aber doch nicht tun, weil es einen sehr unangenehmen Nachgeschmack hinterläßt. Beim späten Heimkommen sind beide Teile aufgeregt und ruhebedürftig und keines ist mehr aufgeklärt, noch die nötigen Pflichten zu übernehmen oder dem anderen gegenüber Rücksichten walten zu lassen. Dieser Zustand bringt Unzufriedenheit und Zank und Streit, gefährdet den häuslichen Frieden, wenn nicht eine opferwillige Drittperson, die auf ihre eigenen persönlichen Rechte verzichtet, vermittelnd und ausgleichend einspringt. Es wäre mir wertvoll, von den Erfahrungen Anderer zu hören. Abonnentin M. 3.

Antworten.

Auf Frage 9610: Als vieljährige Anfallsstatter bin ich wohl auch berechtigt, in dieser Frage ein Wort mitzusprechen. Nach meinen Erfahrungen und nach denen von anderen Waisenkinder, liefern die von klein auf verwaisten Kinder die meisten Bettläger. Es ist gar keine Rede davon, daß die Blase geschwächt wird, wenn man ein Kind eine Stunde nachdem man es schlafen gelegt hat, ruhig aufnimmt und auf den Kopf legt. Eine Erhaltung braucht auch nicht gefürchtet zu werden, wenn man sofort ein wollenes Tuch um das Kleine schlägt. Je ruhiger und stiller das getan wird, um so weniger hat man zu befürchten, daß das Kind nachher nicht mehr einschläft. Bei notorischen kleinen Bettlägern kommt es etwa vor, daß sie beim Aufnehmen den Harn krampfhaft zurückhalten, um dann in der nächsten Viertelstunde, wenn man sie wieder schlafen gelegt hat, das Bett zu nässen. Mehrere solcher Originale gleichzeitig hüten zu müssen, könnte die Pflegerin zur Verzweiflung treiben. Solchen Kindern habe ich stets mit bestem Erfolg einen heißen Kamillen-Ausguss in den Kopf geschüttet und dieser löste prompt den Krampf. Selbstverständlich deckt man im Winter im ungeheizten Zimmer das Bettchen nicht ab, sondern behält es durch eine Bettflache hübsch warm. Mit dem Größeren werden der Kinder macht man den Versuch, die Zeit bis zum ersten Aufnehmen zu verlängern und auch zu warten, bis das Kleine sich durch Anruhe für ein Bedürfnis meldet. Dann aber muß man flink bei der Hand sein. Ich kann einen ganz anderen Grund zur Bildung von schwachen Wasserblasen nennen, und das ist das lange Eislaufen der Kinder in ihren Topfputzchen, wo sie den Harn jederzeit achlos lassen können. Viele Mütter belassen die Kleinen hundlang in dieser Position, teils aus Bequemlichkeit, teils aus Besorgnis für die Verunreinigung des Teppichs und der Kleider. Kleine Kinder können aber so erzogen werden durch nimmermüde Achtsamkeit, daß sie sehr früh schon ihre Bedürfnisse melden, aber es braucht viel von fluger und konsequenter Vorbeugung und liebevoller Geduld, bis sie zu einer gewissen Festigkeit in ihren Lebensübungen gelangt sind. Ein verständiger Mann weiß das aber an seiner Frau zu schätzen, und er wird, so viel es angeht, ihr von dieser Mühe abnehmen. Ich kenne mehr als einen Mann, der jede zweite Nacht die Beforgung der Kinder auf sich nimmt, damit die Frau das ruhige Bewußtsein haben kann, unbefragt selbst durchschlafen zu können. Es ist aber immer ein bemühendes Mißverhältnis, wenn der Mann mehr Verständnis für die Bedürfnisse der Kinder und mehr Pflichtgefühl für dieselben hat, als die liebliche Mutter. Eine Waisenkinder.

Auf Frage 9610: Haben Sie schon eine Kaze beobachtet, wie sie ihre Jungen konsequent dazu anhält, ihre Notdurft entfernt vom Lager in einem Küchlein mit Erde, Sand oder dgl. zu verrichten; wie sie dieselben anhält, den Abfall unterzujucharen, wie sie für die Ungelichkeiten dies selber be sorgt und die Unbotmäßigen bestraft? Und die Heiligkeit, welche das Tier aus Instinkt bei seinen Jungen handhabt, die sollte der hochentwickelte, mit Vernunft begabte Mensch seinen Sprößlingen nicht zuteil werden lassen? Ein eifriger Leser.

Auf Frage 9612: Man kann freilich auch in's Extrem verfallen, wie schließlich bei allen Dingen, aber daß der Weg zum Herzen des Mannes durch den Magen führt — zum mindesten ein gutes Stück — diese Wahrheit lasse ich mir nimmermehr ausreden, so oft schon machte ich die Probe auf's Exempel. Wenn also Ihr Bruder so sorgfältige Zubereitung der Speisen

von Jugend auf gewöhnt ist, dann wird er im Ehestand sehr viel von seiner Behaglichkeit vermissen, die erste Zeit vielleicht ausgenommen, wo man von Luft und Liebe lebt. Ich würde an Ihrer Stelle, natürlich mit strenger Vermeidung von Persönlichem, dem Bruder einige Andeutungen machen; wenn ihn die Tochter wirklich liebt, dann wird Sie sich betreten, seinen Wünschen gerecht zu werden, wenn sie Braut vielleicht williger, denn als Frau. Wenn sie erst einsehen lernt, daß das Glück ihrer Ehe möglicherweise auf dem Spiele steht, geht sie hoffentlich ab von ihren paradoxen Ideen. Mir fällt dabei lebhaft die Verlobung eines Betters ein, dessen Braut ein rundliches kleines Geschöpfchen war, der man das gute Hausmütterchen so recht von weitem schon ansah. Wer den Zuschnitt seines Elternhauses gekannt hätte, mo man alles als Materialismus und höchste Prosa bezeichnete, was andere Leute nur einmal als zum Leben notwendig erachten, der würde mein Erkaunen begriffen haben. Meine Frage an den Better: „Auf was laßt Du hauptsächlich bei Deiner Wahl?“ war daher schon zu entscheidend. Die Antwort lautete: „Liebe Sophie, ich habe die ästhetischen Tees meiner Mama herzlich satt, eine tüchtige Hausfrau war mir die Hauptsache, denn wenn mein Magen kourzt, bin ich auch für das interessanteste Gespräch nicht recht zu haben — ich spreche leider aus Erfahrung — wir sind ja nun einmal so unvollkommene Geschöpfe, also soll man uns auch nicht künstliche Flügel anheften wollen.“ Die beiden Leuten leben heute nach manchem Jahr noch immer wie die Zerteltauben zusammen und daß sein Frauchen nicht etwa aufgeht in profaischen Kleinlichkeiten, dafür sorgt „er“ schon, ist er doch ein Idealist vom reinsten Wasser, aber — die Magenfrage ist eine Sache für sich. S. 2.

Auf Frage 9614: Das ist allerdings die Rücksichtslosigkeit auf die Spitze getrieben und das dürfen Sie absolut nicht einfließen lassen in Ihrem Eheleben. Ich würde eine strikte Hausordnung halten und den Mann bitten, sie zu berücksichtigen. Schaffen Sie in erster Linie das Schlemmerleben ab am Sonntag. Es ist nichts Schöneres, als am Sonntag Morgen eine schöne Predigt anzuhören oder einen kleinen Spaziergang zu unternehmen und das gibt es schon, wenn man gleich früh aufsteht wie die übrigen Tage, das Mittagessen eher noch früher als später nimmt, damit der Nachmittag recht lang ist. Bitten Sie Ihren Mann mit Liebe und Güte, aber jeden Sonntag, bis er nichts mehr anderes weiß und richtet er sich nicht darnach, so würde ich essen und ihn allein essen lassen und am Nachmittag selbständig etwas unternehmen, denn es ist nachgewiesen, daß nichts so großen Einfluß hat auf seine Mitmenschen, wie der feste Wille und das gute Beispiel. Abonnentin S.

Auf Frage 9617: Das lese ich gern, wenn jemand bei diesen trübten Tagen den Sonnenchein marriert. Mädchen mit lauem Wasser, in welchem ein wenig Borax aufgelöst ist, und nachherige Gesichtsmassage halte ich für sehr gut, während ich finde, daß Gesichtsschmerz vielfach zwar im Anfang etwas Erfolg hat, aber später auf die Dauer conträr wirkt. Fr. M. in B.

Auf Frage 9617: Regelmäßig vorzunehmende Sandabreibungen sind unerlässlich zur Pflege der Gesichtshaut. Nach jeder Abreibung und nachfolgenden Abwaschungen der Haut wird Creme Mabeleine eingerieben. Ohne Regulierung der Verdauungstätigkeit, rationelle Hautpflege im allgemeinen und viel körperlicher Bewegung in freier Luft, nebst einfacher, reizloser Nahrung, ist kein ganzer Erfolg zu erwarten. M.

Auf Frage 9617: Ich glaube Ihnen mit Auskenntn betreffend besagter Creme dienen zu können. Auf Anraten des Arztes massierte ich meine Freundin einige Zeit das Gesicht mit der Creme Perlanum, und wir waren alle erlaucht und erfreut, an Stelle des unreinen, fleckigen, rissigen Zeintz eine glatte, reine Gesichtshaut zu sehen. Es wird dies wohl die Creme sein, die Sie auch meinen. Diefelbe ist nebst genauer Gebrauchsanweisung zu beziehen bei der Vertretung: Fräulein Keller, Waifause, Seefeldstraße 94 Zürich V. Viel Erfolg wünscht Ihnen Langjährige Abonnentin.

Auf Frage 9617: Gegen rissige, häßliche Haut an den Händen gibt es ein vorzügliches, leicht zu beschaffendes Mittel, man nimmt in die innere Handfläche eine kleine Messergröße Coald cream, oder auch Creme eiseste und verreibt dies mit einem kleinen Löffel Seifenspiritus schnell, worauf man den verhaltenen, dünnen Brei sorgfältig auf den Händen verreibt resp. einreibt, bis nichts mehr davon zu sehen ist. Dies billige Schönheitsmittelchen macht die Haut äußerst feuchtmeidig, ob es aber im Gesicht auch anzuwenden ist, mühte erst noch und zwar vor sichtig abprobiert werden, denn Seifenspiritus ist sehr scharf. S. 2.

Auf Frage 9618: Eine kleine Maschine zur Gewinnung von rohem Fleischsaft, wie solcher in der Krankenfüche ärztlich verordnet ist, können Sie durch das Schweiz. Alcoligmal- u. Sanitätsgeschäft Hausmann A. G. St. Gallen beziehen. Fleischsaft in Flaschen erhalten Sie auch in Geschäften für Haushaltungszwecke, doch kann man damit nicht den Fleischsaft auspressen. M.

Auf Frage 9619: Ein Liter Milch pro Tag und Kind scheint mir sehr wenig, wenn die Kinder kein Fleisch und am Ende auch nicht viele Eier bekommen. Mit irgend etwas müssen sie sich doch nähren und den jugendlichen Körper aufbauen. Sollen die armen Kleinen gar an Nahrungsmangel zugrunde gehen? Milch bleibt schließlich trotz allem noch die billigste Nahrung. Fr. M. in S.

Auf Frage 9619: Mit was werden Ihre Kleinen eigentlich ernährt? Wenn Sie von dem Liter Milch, den Sie pro Kopf und Tag rechnen, noch das zum Kochen von Reis-, Grieß- und Mehlspeisen nötige Quantum abrechnen, so sind Ihre Kinder und Sie selbst ganz ungenügend ernährt. Wenn nicht die Armut in Ihrem Hause herrschen soll, so müssen Sie für sich und die Kinder mehr Milch konsumieren. Wie viel verausgabt wohl Ihr Mann für Alkoholika und Rauchzeug? Da kann und soll auch beschnitten werden, wenn mit dem Gewohnen nicht mehr auszukommen ist. Vergessen Sie auch nicht, daß der Hafer in jeder Form ein ausgezeichnetes Nahrungsmittel ist. Als Schleim, dicke Suppen und Kuchen werden die Kleinen diese kraftgebende Speise gerne genießen und so können Sie dann auch mit einem Liter Milch pro Kopf und Tag auskommen. Auch gut durchgekochte, dicke Suppe von dunklem Brot mit ein wenig Heißkäse vermischt, ist eben so nahrhaft als beförmlich. Eine geschwollene Kartoffel mit Salz oder eine gebörrte Birne zur Suppe tut sehr gut. Für die Kleinen und die Alten, deren Kauwerkzeuge mangelhaft sind, müssen die Birnen gerieben werden. S. 2. in A.

Auf Frage 9619: Wenn Sie und die Kinder sich der Fleischkost enthalten, dann bleiben Sie nur ruhig und vor allem ohne Gemüßenskrämpfen bei Ihrem gewohnten Quantum Milch; Männer sind gar oft unlogisch in ihren Berechnungen, wo diese ins Haushaltungsgebiet übergreifen und bedenken zu wenig die Folgen. Wie nun, wenn die vielleicht erzielte Ersparnis nach einigen Wochen mehr als doppelt verschlungen wird von einer Doktorrechnung? Eltern, die nicht mit Glücksgütern gesegnet und also nicht im Falle sind, ihren Kindern später mit Geld unter die Arme zu greifen, sollten alles daran setzen, um den Grundstock zu legen zu einem zufriedenen Leben und dieses ist nur erreichbar durch Gesundheit. Wird aber dieses Fundament nicht sorgfältig gelegt, dann läßt sich das Fehlende später nicht mehr einholen. Sparen ist recht, aber am unredlichen Ort angewandt, wird aus der Tugend ein Fehler. S. 2.

Auf Frage 9620: Es wundert mich, daß Sie alles haben hergeben müssen, doch wird Ihr Rechtsbestand, dem die Einzelheiten des Falles vorlagen, schon das Mögliche getan haben. Vielleicht kann es Ihnen ein Trost sein, zu erfahren, daß auch viele Männer (selbst sehr geschäftlich- und rechtshunbige Männer) von hinterlistigen, gewissenlosen Leuten geprellt und betrogen worden sind. Fr. M. in B.

Auf Frage 9620: Wie vertrauenselig die Frau im allgemeinen doch ist! Die Zeitungen vermitteln ihr doch tagtäglich die Kenntnis von Berechnung, Ausbeutung und Gemüßlosigkeit, die auf die Unkenntnis und Vertrauensseligkeit der Frau spekulieren. Ganz entgegen ihrer natürlichen Art muß die Frau vorsichtig sein und die Augen offen haben, wenn sie auf eigenen Füßen stehen muß. Es ist viel verlangt, wenn Sie meinen, die Männer müssen den Frauen die Rechtsbelehrung auf dem Präsenzteller zur gefälligen Benugung servieren, wo doch so mancher Mann aus der Gefesfunkundigkeit seiner Frau Nutzen zieht und herrlich und in Freuden lebt. Die Männer müssen sich auch selbst über ihre Rechte belehren; sie lesen einschlägige Schriften und bringen solche Thematia zur offenen Diskussion, sei es nun in Vereinen oder im verpönten Wirtshaus. Manches Ueberfließen hat hier seinen Grund. Achtsame Kellerinnen könnten hierfür Zeugnis ablegen und es gibt solche, die Rat erteilen könnten wie ein Rechtsagent: Sie lernen eben vom Schweigen und Zuhören, doch sind sie gesellschaftlich nicht ebenbürtig. Die Damen haben doch ihre Vereinsabende und ihre Kränzchen, warum benutzen sie diese Zusammenkünfte nicht, um ihre Pflichten und Rechte im bürgerlichen und ehelichen Leben kennen zu lernen? Warum sehen sie sich nicht mit den Studierenden ihres Geschlechtes in Verbindung, damit sie ihre höhere Bildung, ihr vermehrtes Wissen den weniger gesulten Mitgeschwestern nutzbar machen? Warum füllen sie ihre Zeit mit Klatsch und kläglicher Schöngelerei aus in den Zusammenkünften, anstatt ihr erstes Wissen zu mehren? Alle Bildungsgelegenheit, die nicht ernsthaft und bildungshunbtrig gelucht wird, ist nutzlos, ist leere Dekoration. Eine von der verachteten Gilde der Kellerinnen.

Auf Frage 9620: Neulich las ich zufällig eine ähnliche Frage wie die Ihre, erteilt von einer Frau, welche vor schlug, ob nicht künftig in der Schule den heranwachsenden Mädchen Unterricht gegeben werden könnte, in den Rechtsbegriffen, so weit diese zu wissen nötig sind, um gegebenenfalls auf eigenen Füßen stehen zu können. Welche Antwort sie erhalten auf ihren Vorschlag, weiß ich nicht, doch sie hat mir aus der Seele gesprochen; denn es ist traurig, mit wieviel Ballast die Köpfe der Mädchen angefüllt werden, während die Lebensstunde einen so verschwindend kleinen Teil des Hirnkastens beansprucht, bis das Leben selbst sie dann in die Finger nimmt und oft recht unbarmherzig verfährt. Dies hieße sorgen für das heranwachsende Geschlecht, doch wie traurig und verlassen stehen die Frauen der heutigen Generation so oft und viel Fällen gegenüber da, die sie selbst am nächsten berühren und die sie doch ganz und gar Fremden überlassen müssen auf gut Glück, nur weil sie nichts davon verstehen. Fast wäre man verführt, dem Manne Recht zu geben, welcher einst — höchst ungalanter Weise zwar — behauptet hat, die Frauen lassen sich nur in zwei Kategorien einteilen, nämlich in Heldinnenweiber und in Kleinklein. Wehe aber, wenn solch ein Kleinklein keinen beschützenden Hahn findet, dem es nachtrippeln kann, seine Natur ändert es deshalb doch nicht. Da sind die Heldinnenweiber schon besser

daran, obgleich sie unsympathisch berühren, sie kommen aber doch „durch“. Das Anlehnungsbedürfnis, das tief in unserer Natur schlummert, ist gewiss eine schöne Sache und wird besonders von den Herren der Schöpfung wohlthätig empfunden, es kann aber zu Zeiten in eine höchst haltlose Unselbständigkeit ausarten, welche recht unbecommt wird, wenn die Not an Mann, oder in diesem Fall an die Frau kommt. Das beste Mittel, dem zu begegnen, ist unfröhen, sich selbst zu trainieren. Das kleine Buch, betitelt „Schweizerisches Obligationenrecht“, wird wohl kaum jemand unerschickbar sein und es ist nicht so geschrieben, daß es bei ernstlichem Studium nicht jedermann klar verständlich würde. Wenn einmal die neue Aera anbricht, die uns Frauen auch das Stimmrecht zusichert, dann wird wohl all dies besser werden, dann werden wir die uns heute fehlenden Rechtsbegriffe sozusagen mit der Muttermilch in uns aufnehmen, bis dahin aber dürste uns, die wir heute mitten im Getriebe des Lebens stehen, längst kein Zahn mehr schmerzen.

S. D.

Neues vom Büchermarkt.

Von Sonne, Mond und Sternen in Bildern und Versen von Lisa Wenger-H. u. n. s. Verlag von Gustav Weisse Stuttgart. Preis Mark 2.50.

Etwas Neues von Lisa Wenger! Schon der Name elektrisiert und spannt unsere Erwartung, denn was sie uns bereits geschenkt hat, das ist so eigenartig und schön, so weit ab von den ausgetretenen Wegen, daß man von vornherein einen besonderen Genuß von dem Neuen erwartet. Und wir haben uns auch nicht getäuscht. Lisa Wenger verfügt über eine reiche Phantasie, welcher eine originelle und klare Kraft der Darstellung ebenbürtig zur Seite steht. Die aktuelle Frage, wie das Bilderbuch für die Kinder beschaffen sein müsse, welche Richtung in der Kunst es vertreten müsse um pädagogisch in zweckentsprechender Weise zu wirken und gleichzeitig die Kinder zu fesseln, ist beim Betrachten dieses Buches ganz ausgeglichen. Das Auge des gereiften Beschauers betrachtet diese Bilder mit Lust und kritisch, denn wir fühlen uns vollständig in jene Zeit versetzt, wo wir am Boden ausgehret, das neue Bilderbuch vor uns, geistig in jenen Gefilden weilen, wo der Mensch Flügel und das Land keine Grenzen hat, wo das Unmögliche möglich ist und wo wir mit Leib und Seele in den Gegenstand unserer Betrachtung vertieft waren, daß wir uns und unsere Umgebung völlig vergaßen. Ganz köstlich ist gleich zur Einführung das Bild der glücklichen Familie mit dem begleitenden Vers:

Die Sonne lacht: „Guten Morgen, ihr Aht!“
 Die Aht sagen: „Guten Morgen Frau Sonne, ihr strahlt ja vor Wonne!“
 Die Sonne sagt: „Wo wollt ihr heut bleiben?“
 „Was denkt ihr zu treiben?“
 Die Erste sagt: „Ich muß heut noch die Wiese mähen!“
 Die Zweite sagt: „Ich muß heut noch zwei Hemden nähen!“
 Die Dritte sagt: „Ich muß heut unsere Ziege weiden!“
 Die Vierte sagt: „Ich muß heut ein Körbchen Bohnen schneiden!“
 Die Fünfte sagt: „Ich muß dem Vater die Kleider flicken!“
 Die Sechste sagt: „Ich muß noch ein Paar Strümpfe stricken!“
 Die Siebente sagt: „Ich hole im Garten die Peterfili!“
 Die Kleinste sagt: „Sind wir nicht eine glückliche, glückliche Familie?“

Höchst phantastisch und anziehend sind ferner die Darstellungen: „Schneewirbel“, „Der Komet“, „Engel und Sterne“, „Die Regenbogenengel“ und „Das Abendlied.“ Ganz meisterlich verfindebildlich ist „Der Regen“. Noch köstlicher kann die Sonne solch eines himmlischen Brausebades nicht illustriert werden. Voll zartester Stimmung, als ein kleines Juwel, stellt sich uns das Bild „Himmelschächchen“ dar. Die rosigen und weißen Lämmervölkchen am zartblauen Frühlings- oder Herbsthimmel sind obnein der sinnigen Kinder Entzücken, so wird das reizende Bild der Phantasie neue Nahrung geben. Wie unsagbar wonnig und hold ist die Zeit, wo wir in selbstvergessener Entzückung noch, am Himmel unsern Stern und unsern Schäflein suchen! Für sensible Kinder — und es hat deren nicht wenige in unserem nervösen Zeitalter — erscheint uns der Blick zu schaurig dargestellt. Ohne die Gefahr des Mißes zu kennen, sind feinnervige Kinder so wie so schon unter dem Einfluß der Gewitterstimmung besonders empfindsam und beunruhigt; es könnte daher unter dem Eindruck dieser bildlichen Darstellung leicht krankhafte Furcht entstehen, die oft intensiver und nachhaltiger wirkt als man denkt. Der Verleger hat mit einem prächtigen Einband und sehr solider Ausstattung dem innern Wert des Buches den äußeren beigelegt und das außergewöhnlich breite Format scheint darauf berechnet zu sein, daß eine bunte Reihe

von blonden und braunen Lockenköpfchen gleichzeitig in das Studium der Bilder und der Verse sich vertiefen. Solch ein bildungsbürdiges Lagerleben auf dem Fußboden müßte eine Freude sein zu beobachten.

Briefkasten der Redaktion.

Fr. J. W. Nicht das Alter ist maßgebend, sondern der Charakter beider Teile. Aber immerhin müssen alle Punkte scharf berücksichtigt werden, welche innere Differenzen ergeben könnten. Wir lassen Ihnen die gefragte Schrift zugehen, aus welcher Sie ersehen können, worüber Sie sich Klarheit zu verschaffen haben.

Fr. A. G. in B. Die kürzeste Dauer ist sechs Monate; wo die Charakterbildung aber noch so sehr im Rückstand ist, da beantragen wir die Dauer des Kurses auf zwei Jahre.

Interessant in G. Eine Korrespondenz über die fraglichen Punkte ist zu zeitraubend, wir wählen daher die rascher zum Ziele führende Befragung. Einer der zwei letzten Wochentage ist uns dienlich, doch bitten wir, uns vorher in Kenntnis zu setzen.

Feuilleton.

Dornröschen.

Von S. R.
(Fortsetzung.)

Nun, was zögerte er denn noch? Er konnte doch gehen! Aber nein, er nahm, als ob das so sein müßte, neben ihr Platz; nun freilich, er war ja auch der Besitzer von Eichberg! Merkwürdig, wie oft sie in den letzten Tagen an ihn denken mußte!

„Was ließt Du denn da so eifrig? Das Buch steht ja ganz antik aus?“

Seine Hand griff danach, „ziemlich unverfrotten“, wie Eva im Stillen dachte, aber sie hielt das Buch fest.

„Nun, darf ich es nicht wissen?“
 „O, warum nicht, es ist das Tagebuch der Urgroßmutter“, sagte sie möglichst gleichgültig.

„Eva v. Eichbergs Tagebuch? Wer gab es Dir?“ fragte er stirnrunzelnd.

„Niemand, ich fand es in der Kumpellammer.“

Seine Hand griff wieder danach. „Ich glaube kaum, daß dies eine geeignete Lektüre für Dich ist, Eva.“

„Wirklich? Das zu beurteilen, werden Sie wohl mir überlassen müssen. Es ist nur gut, daß Ihre Meinung für mich glücklicherweise ohne Konsequenzen bleiben darf.“

Ein zorniger Blick traf sie und er stampfte mit dem Fuße auf.

„Ist dies edel von Dir gehandelt, Eva, daß Du dem Wetter wieder und immer wieder zeigst, wie Du ihn so gar nicht als zur Familie gehörend betrachtest?“

Seine Stimme klang grollend, etwas wie unterdrückter Schmerz war hindurchzuhören.

Eva erblähte. „Wenn Sie mir Ihr Wort geben, daß ich das Buch unversehrt zurückhalte, so mögen Sie es lesen,“ war ihre Antwort.

„Wir lesen es noch einmal zusammen, Cousinchen,“ und als sie auffpringen wollte, hielt er ihre Hand fest. Nun denn, mochte er seinen Willen haben! Sie lehnte sich an den Baum zurück und sah von Zeit zu Zeit auf die Seiten des Buches, die er erst flüchtig, dann immer aufmerkamer durchlas.

Jetzt war er fertig damit. „Arme Urgroßmutter,“ das war sein erster Ausruf. Dann aber hielt er ihr die Hand hin. „Ich belenne mich schuldig, Eva, denn ich gehörte auch zu denen, die ihr Unrecht taten, bitte aber alles ab. Und nun sei gut, Cousinchen, und stelle die Feindseligkeiten gegen den „gemüthlosen“ Menschen ein, willst Du?“

„Und wie steht es mit den Tischen?“

„Darüber schreibe ich noch heute meinem Vater, kannst Du mir nicht ein bißchen Vertrauen schenken, Eva?“

Zögernd legte sie ihre Hand in die seine. „Beweisen Sie mir, daß ich Ihnen vertrauen darf.“

„Sie — Eva? Willst Du mich denn nicht endlich „Du“ nennen?“ Ein zärtlicher Blick aus

seinen schwarzen Augen traf sie. Eva erstarrte und fühlte, wie sie erröte. Was war denn das? Sie antwortete nicht, augenblicklich ärgerte sie sich über ihr Notwerden.

„Nun, kleine Trotzig, ich muß also abwarten, bis Du endlich besser von mir denken lernst,“ sagte Nolf sich erhebend. Bei Tisch brachte er das Gespräch auf Evas Fund, von welchem das junge Mädchen, abgezogen durch die Aufregung der letzten Tage, geschwiegen hatte, und erregte durch seine Mitteilung begreifliches Aufsehen.

Ein paar Stunden später ging Eva abermals in die Küche hinauf, eine eben erblühte Rose in der Hand tragend. Dort auf dem Tisch lag eine Schreibmappe und ein angefangener Brief oben auf. Nolf hatte also hier geschrieben. Neugier gehörte sonst nicht gerade zu Evas Charaktereigenschaften, aber hier, in diesem Falle, konnte sie der Versuchung nicht widerstehen, sie mußte wissen, welchen Entschluß ihr Vater über Eichberg gefaßt hatte.

„Lieber Vater!“ las sie. „Da sitze ich in dem Wipfel der alten Eiche, um Dir zu schreiben und zuerst zu bekennen, daß ich Nolf v. Eichberg mich unsterblich lächerlich gemacht habe. Als ich Dir damals meine Absicht, in dem „wüsten“ Eichberg eine Fabrikanlage zu machen, mitteilte, da liehest Du mich ruhig bei dieser Meinung, auch an Antel Sander schreiben, der natürlich über den Neffen in Jörn geriet und ihn in Aht und Bann erklärte. O Papa, was für ein Schalk bist Du gewesen! Meine Überraschung, als ich hier ankomme, und statt des „wüsten“ ein wohl eingerichtetes Schloß finde, die Wirtschaft ebenfalls als Muster betrachten darf, wirst Du mir wohl nachfühlen! Trotz der Blamage, die Du, böser Vater, Deinen Sohn erleben ließeßt, fühle ich mich aber doch jetzt schon sehr behaglich. Antel und Tante sind mir sehr sympathisch, wie sehr es mir freudig war, weißt Du von den Universitätsjahren her. Die älteste, hier in Thalheim verheiratete Tochter, Anna Maria, ist eine reizende Frau, auch ihr Mann höchst liebenswürdig. Die jüngste Tochter Eva aber, ist eine rothaarige Heze, die —“

Hier brach der Brief ab. Empörend! Und da hatte sie diesem Menschen vorhin betnahe wirklich Vertrauen geschenkt, und er schilberte sie seinem Vater so! Ein paar Tränen kolkerten ihre Wangen herab, was konnte sie denn dafür, daß sie das häßliche rote Haar hatte! Er durfte sie hier oben nicht treffen! Das war ihr nächster Gedanke, und halb besinnungslos vor Angst rannte sie in größter Hast die Treppe herunter, vergaß aber die Note auf dem Tisch. Arme kleine Eva! Wenn Du nur den Brief zu Ende gelesen, ob Deine Empörung dann wohl Stand gehalten hätte?“

Nolf, der vorhin von Sander abgerufen wurde, um ein Pferd zu bestücken, kehrte jetzt zurück und gewahrte sofort die Note, die er in seine Brusttasche steckte. Ohne Zweifel, Eva ist hier gewesen, dachte er. „Die jüngste Tochter Eva aber ist eine rothaarige Heze, die es mir vom ersten Sehen an, angetan hat,“ fuhr er in seinem Briefe fort. „Ja, lieber Vater, Dein Nolf, den Du zu Hause ob seines kühlen Herzens necktest, ist rettungslos verliebt! Dieses goldhaarige Köpfchen taucht, wo immer ich auch sein möge, beständig vor mir auf, und ein paar Augen funkeln mich an, Augen, wie sie so bald nicht wieder zu finden sind! Meistens funkeln sie zornig — denn Eva ist meine kleine Feindin, „Dornröschen“ habe ich sie im Stillen genannt — aber ich hoffe doch, daß ich sie mir endlich erringe! Und nun, lieber Vater, habe ich eine Bitte an Dich zu richten: nimm Urlaub und komme selbst her. Eichberg ist reizend und geräumig genug, daß wir hier alle zusammen wohnen können und da Du in letzter Zeit öfter von Deiner Pensionierung sprichst — hier diese paradiesische Gegend wäre der richtige Ort, wo Du Dich erholen könntest. Denn, daß ich es nur gestehe — ich gehe nicht von hier fort, Dein Nolf will das Bestigtm seiner Vater nicht mehr aus den Händen lassen — vorausgesetzt, daß Eva meine Frau wird. Also, wann kann ich Dich erwarten? Und nun lebe wohl, mit vielen Grüßen von Sanders bin ich
 Dein treuer Sohn Nolf.“

(Fortsetzung folgt.)

MILKA
 VELMA
 NOISETTINE

SUCHARD'S

BELIEBTE ESS-CHOCOLADEN.

Neues vom Büchermarkt.

10 Weihnachtsspiele und ein Weihnachtsgruß für den Familienkreis, herausgegeben von Herr Rektor G. Lang aus Frankfurt a. M. und verlegt von Arthur Parzbyhus, Berlin. Vereinsbiblioth. Neue dramatische Aufführungen für christliche Vereine, mit besonderer Berücksichtigung der evang. Jünglings- und Jungfrauenvereine (nur männliche oder nur weibliche Rollen), Schulen und Penlonate. Zur Verwendung bei Familien-Abenden, Stiftungsfesten, patriotischen und kirchlichen Festen. Leicht ausführbar. (Geringe Anforderungen in deklaratorischer und dramatischer Hinsicht, Kostüme leicht selbst zu beschaffen, Theaterbühne mit Kulissen nicht nötig), aber bei einigermaßen fleißiger Vorbereitung und geschickter Leitung äußerst wirkungsvoll. Preis eines Heftes 25 Pf. Die Sammlung gehaltvoller reizender kleiner dramatischer Aufführungen wird allseitig sehr willkommen sein.

Eine von zu vielen. Roman von Liesbet Dill Gehstet Mark 4.—, gebunden Mark 5.—, (Stuttgart, Deutsche Verlags-Anstalt.)

Es bedeutet immer einen entscheidenden Fortschritt in der Entwicklung eines Dichters, wenn er über die Darstellung eines Einzelschicksales hinausgeht und seinen Figuren eine ganze Kulturzeit zum Hintergrund gibt, in ihrem Handeln und Leiden das für ganze Menschentypen heraushebt. Diesen Fortschritt finden wir in den letzten Büchern von Liesbet Dill, der so rasch zu verdientem Ansehen gelangten Autorin, deutlich ausgeprägt; hatte sie schon im „Gelben Haus“ das Gesamtbild einer eleganten Weltbevölkerung mit sicherer Hand darzustellen gewußt, so gelang es ihr, in dem folgenden Buche „Die kleine Stadt“ richtiger die Gesamtstimmung engen Kleinstadtlebens zu geben, sondern in dem Erleben der Hauptgestalt dieses Buches uns die alltäglich-schmerzliche Tragödie der „Leute von Geschmack“, die in eine Umgebung ohne Geschmack und ohne Verzeugsbildung gebannt sind, zu Bewußtsein zu bringen. Nun in ihrem neuesten Roman hat sich die Verfasserin ihre Aufgabe noch höher und schwerer ge-

stellt, sie hat ein wirtschaftlich-soziales Problem, das Lausende angeht, künstlerisch gestaltet, wieder, in dem sie uns ein Einzelleben vorführt, aber dies Einzelleben mit einer langen Reihe der verschiedenartigsten Geistesarten und Gesellschaftsschichten in Berührung bringend. Die „Eine von zu vielen“, die der Titel des Buches meint, ist ein junges Mädchen aus völlig mittelständiger Offiziersfamilie, das nach dem Tode der Eltern ins Leben hinaus muß, um sich ein Brot zu suchen, und die „zu vielen“ sind die auch heute noch nur allzu zahlreichen weiblichen Wesen, die sich ihren Unterhalt selbst erwerben wollen, ohne etwas Rechtes und Bestimmtes gelernt zu haben. Die arme Nenne von Dill war eine mufterhafte Hausdame und wäre gewiß eine nicht minder mufterhafte Gattin geworden, wenn sie ihren Geliebten, einen Offizier, der ebenso arm ist wie sie und der sich in der Hoffnung auf eine reiche Erbschaft grausam betrogen sieht, hätte heiraten können. Aber um bei fremden Leuten ihr Brot zu verdienen, sich ihrer „Herrschaft“ gegenüber eine feste Position zu schaffen, dazu reichen ihre kleinen häuslichen Kenntnisse und Tugenden nicht aus und ist ihr Empfinden zu zart und skrupulös. So muß sie in raschem Wechsel eine Stellung mit der anderen tauschen, immer schlecht bezahlt, immer in tödlicher Angst vor den Zwischenzeiten, in denen sie, die Mittellose auf die Güte von Verwandten, die selbst wenig für andere tun können oder wollen, angewiesen ist. Schlechtin meißerhaft sind nun die einzelnen Stationen dieses Lebenswegs geschildert. Es wird sehr wenig zeitgenössische Romane geben — vielleicht keinen, der mit gleicher Sicherheit und Anschaulichkeit eine so große Zahl der verschiedensten Häuslichkeiten und häuslichen Schicksale schilderte. Da ist die reiche Familie in Schleien, die in gedankenlosem

*) **Atennot** wird in sicherer Weise mit Dr. Fehrlins D i s t o f a n bekämpft. In der außerordentlich günstigen Einwirkung auf alle Lungen- und Halskrankheiten, bei Erwachsenen wie Kindern, hat sich D i s t o f a n allen bisher bekannten Mitteln überlegen gezeigt. Es wird jetzt in größeren Sanatorien fast ausschließlich zur Behandlung von Lungenkrankheiten gebraucht.

Lurus in den Tag hinein lebt, da ist im reichsständischen Bergbaubezirk der einsame Mann mit seinen beiden kleinen Kindern, den die Trauer um die verlorene Frau in Schmerz und Selbstmord treibt; die frange, junge Witwe, die in schweren Leiden dem Gatten nachtrifft, der stattdige, weißhaarige Patriarch, der mit seiner Frau in so glücklicher Ehe lebt und ihrer Geschäftsführerin mit frecher Begehrlichkeit nachschaut, da sind — die am glänzendsten durchgeführten Kontrastfiguren des Buches — die schlampige-aufgedonnerte Frau Wintler, eine Existenz voll Verlogenheit und faum verdecktem Schmutz, und das fürstlich reiche, unantastbar korrekte und eifrig egoistische Fräulein Karli, die siebzehnjährige Patriarchin einer weitverzweigten, hochmütigen und lebenssicheren rheinischen Gelddynastie. Wie der Farbenreichtum und die Lebenswahrheit dieser immer wechselnden Bilder uns die Monotonie des so oft wiederkehrenden Pfandes: „Als untauglich entlassen“ völlig vergessen machen, so nehmen sie zwar auch den ersten Mahnungen, die das Buch enthält, alles troden Bebräfte, prägen sie aber dafür nur desto nachdrücklicher ein. Alles Theoretisieren, jedes bloß doktrinaire Mitredemwollen zur heutigen Frauenbewegung liegt der Verfasserin völlig fern; desto nachdrücklicher wirkt die Predigt, die sie uns aus dem Mund des Lebens selbst vernehmen läßt. So wird der Roman, der schon bei seinem ersten Erscheinen in „Ueber Land und Meer“ Interesse und Teilnahme der Leser in ganz ungewöhnlichem Maß wachrief und festhielt, auch in Buchform als glänzend geschriebener Zeitroman und als eindringliches Zeitdokument eine starke, tiefgehende Wirkung üben.



GALACTINA
Alpen-Milch-Mehl
Beste Kinder-Nahrung.
Die Büchse Fr. 1.30. [4644]

Gesucht nach Solothurn: gesundes, zuverlässiges Mädchen gesetzten Alters für Küche und Haushalt. Dasselbe soll gut und sorgfältig kochen und auch die übrigen Hausgeschäfte selbständig besorgen können.

Reinlichkeit und Ordnungssinn wird verlangt, dagegen wird gute familiäre Behandlung zugesichert. Da die Frau des Hauses etwas leidend ist, würde stilles, ruhiges Wesen bevorzugt. Bei befriedigender Leistung hoher Lohn. Offerten unter Chiffre **G B 207** befördert die Expedition.

Ein junges, deutsches Mädchen aus guter Familie sucht Aufnahme bei gebildeter tüchtiger Hausfrau, wo sie das gesamte Hauswesen und Küche gründlich erlernen könnte. Familienanschluss und katholische Familie Bedingung. Offerten bittet man an die Expedition sub Chiffre 189 Sch abzugeben.

Kochlehrtochter gesucht in besseres Privathaus. Prima Referenzen früherer Kochlehrtochter zu Diensten. Eintritt sofort. Bedingungen günstig. Hausmädchen vorhanden. Gest. Offerten unter Chiffre 4523 L befördert die Expedition. [4523]

Ein Mädchen gesetzten Alters, das mehrere Jahre in besserem Hause gedient, sucht, gestützt auf gute Zeugnisse, Stelle zu einzelner Dame oder als Köchin zu kleiner Familie. Eintritt auf 1. November. Gest. Offerten unter Beilage von Auslandsporto befördert die Expedition unter Nr. 179.

In jeder Confectionerie und besseren Kolonialwarenhandlung erhältlich.
CHOCOLATS FINS DE VILLARS
Die von Kennern bevorzugte Marke.

Locarno, Hotel du Lac.
Klimatischer Frühjahrs-, Herbst- und Winterkurort. Hübsche, zentrale Lage. Für längere und kürzere Aufenthalte bestens geeignet.
Prospekte gratis. **Georges Mantel.**
104] (N 8872)

Original-Selbstkocher von Sus. Müller.
50% Ersparnis an Brennmaterial und Zeit. Allen andern ähnlichen Fabrikaten vorzuziehen. Vorrätig in beliebiger Größe bei der **Schweiz. Selbstkocher-Gesellschaft A.-G.** Feldstrasse 42, **Zürich III.** — Prospekte gratis und franco. [4824]

Schuler's Goldseife
Goldseife Schuler, wer dich einmal kennt, Dich sicher eine gute Freundin nennt, Du hilfst der Hausfrau, dass die Wäschetage Vorübergehen ohne Mühe und Plage.

Gegen Nachnahme versende wieder **echten Bienenhonig:**
a) 1a Rösälpenbienenhonig à 3.30 p. kg
b) Poschiavotalhonig à Fr. 2.50 p. kg
Johs. Michael, Pfr. 185 in **Brusio** bei Poschiavo (Graub.)
Für 6.50 Franken versenden franko gegen Nachnahme **bis 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen** (ca. 60-70 leichtbeschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [4614] **Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.**

Druckarbeiten jeder Art
in einfachster und feinsten Ausführung
Buchdruckerei Merkur, St. Gallen.

Billige Gelegenheit
71] für ein Dienstmädchen, in einem 4-5 wöchentlichen Kochkurs die gute Küche zu erlernen. Prima Referenzen. Eintritt sofort. Anfragen unter Chiffre **E 71** befördert die Expedition.

Fachschule der (O H 8496)
Privat-Klinik Brückfeld
Daxelhofstrasse 1.
Zur Ausbildung von Sanatoriumspersonal. Massage, Wasser-, Luft- und Lichtenwendung. Elektrizität, Röntgenkurs. Ausbildung der Spezialärzte. Prospekte gratis durch die Direktion.

Liebhavern eines feinen, aromatischen Thees
empfehlen wir folgende Marken
Ceylon-Indien
141] in frischer Füllung
Chief Fr. 1.50
Kooh-i-noor „ 1.75
Tamil Girl „ 2.—
Orange Pekoe 00 „ 2.50
per Paket à 250 Gramm.
Auch in kleineren Packungen erhältlich.
Drogerie Wernle
Augustinergasse 17, **Zürich.**

Berner Alpen-Rahm
Jederzeit zum Gebrauch bereit für Küche und Haushaltung. Grösste Haltbarkeit. **Feinster Wohlgeschmack.**
Zu beziehen durch die **Berner Alpen-Milchgesellschaft** Stalden, Emmental, oder in **Comestibles-Geschäften.**

Schnelli BADEN
Bonbons, Biscuits & Waffeln sind unerreich.

(H 1000 Z) 4721

Briefkasten der Redaktion.

Eifrige Leserin M. in Z. Wir dürfen die Reden und Handlungen Nervenkranker niemals für das nehmen, als was sie sich uns darstellen, denn bei ruhiger Ueberlegung würden sie sich ganz anders geäußert haben. Die Pflege solcher Kranken durch die eigenen Angehörigen ist deshalb in der Regel ein schweres Stück Arbeit, die an Einsicht, an Selbstbeherrschung und selbstloser Liebe die größten Opfer erfordert. Es ist durchaus nicht Eigeninteresse, wenn der zu Rat gezogene Arzt sich für den Aufenthalt in einem Sanatorium ausspricht, denn im Verkehr mit Fremden nehmen die Patienten sich immer mehr zusammen, sie lernen dadurch die Schwingungen ihrer Nerven besser beherrschen und darauf beruht zum großen Teil die Heilungsmöglichkeit. Dann ist auch das Wartepersonal in einer Teilanhaft dafür instruiert, sich durch feinerer Ausfälle erregen zu lassen, sondern solches als eine Begleitercheinung der Krankheit zu betrachten. Und gerade unter diesem Gesichtspunkt ist das Belassen solcher Patienten daheim oft ein unverantwortliches Tun. Der Leidende läßt sich den Eigenen gegenüber unbeherrscht gehen und da er sich doch als Gesunder gibt, so muß sein Gebahren für die treubeforgten und liebenden Eigenen als unverdient, schwere Kränkung empfunden werden und weil der Kranke doch auch in Liebe an den Seinigen hängt, so geht ihm das Bewußtsein, seine Angehörigen durch sein unkontrolliertes Wesen so schwer zu kränken und zu betrüben, tief ins Gemüt; er fühlt sich unglücklich und hat Stunden, wo er an sich selbst verzweifelt. Ist er noch imstande, kraftvoll zu wollen aus eigener Initiative, wenn das Wohl der Seinigen und sein eigenes auf dem Spiele steht, so wird er zur Beherrschung seiner Impulse das Menschenmöglichste leisten, im anderen Falle wird er in einer Stunde ruhiger Einsicht sich sagen, daß es seine Pflicht sei, sich für eine Zeitlang unter ärztlichen Einfluß zu stellen und damit gleichzeitig seine hart mitgenommenen und erholungsbedürftigen Angehörigen aufatmen zu lassen. Er geht, bevor die bittere Notwendigkeit ihn dazu zwingt. Die Trennung wird von den wohlthätigsten Folgen begleitet sein, denn beide Teile können ausruhen und werden erquickt, wenn die konstante elektrische Spannung für eine Zeitlang ausgeschaltet wird. Nach erfolgter Beruhigung und neuer Kräftigung wird die Rückkehr zu den Angehörigen sich für beide Teile zu einem Fest gestalten, dessen ideale Nachwirkung für lange über vorhandene Klippen hinweghelfen wird.

Frau E. G. in Z. Heutzutage genügt es nicht mehr, die Sache nur theoretisch zu verstehen, sondern mit dem Wissen muß auch das Können Hand in Hand gehen. Die Frau muß auch im Stande sein, die Arbeiten, die sie anordnet, selber auszuführen. Sie muß im Notfall ohne das Dienstmädchen fertig werden können. Solange sie einer solchen Zumutung und Eventualität entgeht und hilflos gegenübersteht, kann sie sich ihres Daseins nicht freuen, denn sie ist eine Sklavin ihrer an Wissen weit unter ihr stehenden Diensthöfen. Die erfahrene Mutter, welche die Zeichen der Zeit erkennt, wird daher das ihrige tun, daß ihre Tochter auch in die Hausbeforgung eingeführt wird, ungeachtet der etwa auftretenden Klagen über Müdigkeit. Wegen das letztere Uebel ist frühes Zubettgehen ein prächtiges Mittel und mit der Zeit wird die Erfahrung lehren, daß als Resultat der ruhig fortgesetzten manuellen Arbeit die Kraft und damit auch die Leistungsfähigkeit täglich wachsen. Ohne Beharrlichkeit nützt aber das Schlucken dieser, jungen Mädchen bitter dünkenden Medizin, nichts.

Eifriger Leser Dr. C. G. in L. Besten Dank für Ihre sympathischen Mitteilungen. Die Medaille hat aber auch eine Reverso, wie Sie mit Erstaunen erfahren werden. Bildung macht eben nicht jeden frei. Ihre Wünsche für Nachlieferung an die notierten Adressen sind der Administration überwiesen.



Moderne Reform-Schlafzimmer

ausgestattet mit den anerkannt hygienisch richtigen und eleganten **Paradiesbetten** finden Sie in grösster Auswahl bei

500 Betten, 20 Musterzimmer.

Häberlin & Co., Bleicherweg 52, Zürich

Alleinvertreter der Paradiesbetten-Fabrik M. Steiner & Sohn. [192]

4 Geschäftsbücher, Fr. 6

für Handwerker u. Geschäftsleute.

- Hauptbuch, praktisch eingeteilt Fr. 2.50
 - Journal-Tagebuch „ 2.—
 - Kassabuch mit netter Einteilung „ 1.50
 - Fakturenbuch, übersichtlich eingerichtet „ 1.80
- Versende alle 4 Bücher statt zu Fr. 7.80 zu nur Fr. 6.—

Schreibbücherfabrik

A. Niederhäuser
Grenchen. [4514]

Sparsamkeit bringt Glück!

Es werden geliefert:
Für 3½ Pfund Wall-Lumpen
Stoff z. Buckskin-Anzug
f. 3 Pfd. Stoff z. Hauskleid
f. 1½ Pfd. Stoff z. Unterrack
f. 3 Pfd. eine Schlafdecke,
desgl. Teppiche, Pferdedecken,
Läuferstoffe u. Strumpfgarne.
Alles gegen dementsprechend
billige Nachzahlung
S. Frank,
Hoyrn a Harz
N° 23
Müssen frei! Artikelangabe erwünscht.

Höchsten Lichteffect Grösste Haltbarkeit

erzielt man nur mit dem [187]

echten Auerlicht

Unsere Artikel tragen folgende geschützte Marken:
Auf der Brennerkrone: **Gasglühlicht System Dr. Carl Auer von Welsbach.**
Auf dem Brennerrohr: **Auerlicht und Bec Auer.**



Auf dem Glühkörper



Zu beziehen bei den Gaswerken und bessern Installationsgeschäften. (W 5967 Z)

Schweiz. Gasglühlicht A.-G.

System Dr. Carl Auer v. Welsbach

24 Hafnerstrasse Zürich Hafnerstrasse 24

Für
**Teppiche
Linoleum
Tischdecken**



empfehlen sich höflichst

Schuster & Co.

St. Gallen und Zürich.

[188]

Schwächliche in der Entwicklung oder beim Lernen zurückbleibende **Kinder**
sowie **blutarme** sich matt führende und **nervöse** überarbeitete, leicht erregbare, frühzeitig erschöpfte **Erwachsene**
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. [4619]

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

Strickmaschinen
der
SCHAFFHAUSER
STRICKMASCHINEN-
FABRIK
mit
SCHLAUCH-SCHLOSS

TELOS

sind das **Neueste**.
Einfachste Handhabung
Leichter, ruhiger Gang
••• Solide Bauart. •••
Grosse Leistungsfähigkeit
sind die Hauptmerkmale
dieser ausgezeichneten
• Strickmaschinen •

Auskunft u. Prospekte durch
H. PFISTER'S W
Strickwarenfabrik
•• **ZÜRICH** ••
••• Rennweg 57. •••

4877

14846

ZEPHYR

Toilette-Seife
Unübertroffen
für die Hautpflege.
FRIEDRICH STEINFELS, ZÜRICH.

Gleich hohen Rabatt

175] wie im Frühjahre, auch für die Herbst- und Wintersaison auf allen Stoffen zu Herren- u. Knabenkleidern, Damenuchen, Damenmantelstoffen etc. Prachtvolle Auswahl.

Tuchversandthaus **Müller-Mossmann**, Schaffhausen.
Muster franko.

201]

Schutzmarke
Kreuzstern.

MAGGI'S Gekörnte Fleischbrühe zur sofortigen Herstellung Frischer Fleischbrühe allerbesten Qualität.

Zu haben in den Delikatess- und Kolonialwaren-Geschäften.

Wer gezwungen oder freiwillig dem Genuße von Bohnenkaffee entsagt hat [202]
trinke **Enrilo**

(neuestes Produkt d. Firma HEINR. FRANCK SÖHNE), von den meisten der Herren Aerzte übereinstimmend als **das beste Kaffee-Ersatzmittel** der Gegenwart anerkannt und empfohlen. Paq. à 1/2 kg 70 Cts., 1/4 kg 35 Cts. in Kolonial- und Spezereiwarenhandlungen.

Cacao De Jong

Der feinste und vorteilhafteste holländische Cacao.
Königl. holländ. Hoflieferant.
Goldene Medaille Weltausstellung Paris 1900, St. Louis 1904 etc.
Grand prix Hors Concours
Hygienische Ausstellung Paris 1901.
Garantiert rein, leicht löslich, nahrhaft, ergiebig, köstlicher Geschmack, feinstes Aroma. [4882]
En gros durch **Paul Widemann**, Zürich II.

DE ERVE
H. DE JONG, ROTTERDAM

HELIOS

PUTZPULVER

N^o 21. für Schnellglanz (Messing & Kupfer)
N^o 22. für Email-Geschirr
N^o 23. für Silber & Gold
N^o 24. für Messer (Stahl- & Eisenwaren.)

ALLEINIGER FABRIKANT
H. WEGELIN
GLARUS
ÜBLERLE ERHÄLTL.

1480 (N 9003)

176

!! Wer will guten Kuchen backen, !!
Der muss haben sieben Sachen: !!
Zucker & Salz, **PALMIN** (Kein Schmalz)
Milch, Ei & Mehl, Safran macht den Kuchen gel!

Institut für Zurückgebliebene
E. Hasenratz in Weinfelden (Schweiz)

vorzüglich eingerichtet zur Erziehung körperlich und geistig Zurückgebliebener, sowie nervöser, überhaupt schwer erziehbarer Knaben und Mädchen. Individuelle, heilpädagogische Behandlung und entsprechender Unterricht, Herzliches Familienleben; auf je sechs Kinder eine staatlich geprüfte Lehrkraft. Sehr gesunde Lage.

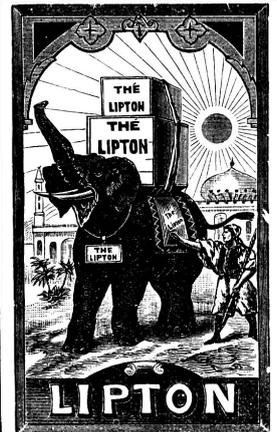
Erste Referenzen.
Bericht über 12-jährige Tätigkeit und Prospekt gratis.

17691

(0811 G 87)

Lipton Ltd Ceylon

Bedeutendstes Theehaus der Welt.
Grösster Verkauf von Thee in Paketen.
Jährlicher Absatz über 100 Millionen Pakete in Grossbritannien allein.



Absolut rein, feines Aroma, ergiebig.

	125 gr.	250 gr.	500 gr.
hochfeine Misch.	1.-	1.90	3.70
vorzügliche „	—85	1.60	3.10
gute „	—70	1.30	2.50

Zu haben in den meisten Geschäften, wo nicht erhältlich, wende man sich an die (H 544 Z) [4861]

Generalvertreter für die Schweiz:
Bürke & Albrecht, Zürich und Landquart.
Herm. Ludwig, Bern.

Neu! Neu!

Farb-Papier

zum Tönen der Wäsche in Blau und Crème.

Dieser Artikel ist für jede Hausfrau, die Freude hat an tadelloser Wäsche und solchen Vorhängen [197]

ein Bedürfnis.

Beim Gebrauch dieses Papiers bildet sich kein Satz, es entstehen beim Blauen und Crèmen deshalb auch keine Flecken und ungleich stark gefärbte Streifen mehr! Dieses Papier ist frei von schädlichen Stoffen; es ist billig im Ankauf und sparsam im Gebrauch. Nach einer einzigen Probe schon werden die andern Farbmittel verpönt. In allen besseren Drogerien und Spezereihandlungen erhältlich, sowie direkt zu beziehen von

W. Brändly, Poststrasse 14
St. Gallen.

Der aus den besten Bitterkräutern der Alpen und einem leichtverdaulichen Eisenpräparat bereitete **Eisenbitter** von **Joh. P. Mosimann**, Apoth. in Langnau i. E., ist eines der wertvollsten Kräftigungsmittel. Gegen Appetitlosigkeit, Bleichsucht, Blutarmut, Nervenschwäche unübertroffen an Güte.

Feinste Blutreinigung. [177]

Fördert **gutes Aussehen** gesunden Esslust Toint

Die Flasche à Fr. 2/3 mit Gebrauchsanweisung zu haben in allen Apotheken und Drogerien. (H 6800 Y)

Ein Kapitel von Nachfrage und Angebot.

Die Regierung von Neusüdwales hat Vorkehrungen getroffen, um regelmäßig in England junge Mädchen für die Einwanderung in ihren Staat zu gewinnen. Es wird natürlich darauf gesehen, daß die Mädchen imstande sind, häusliche Arbeiten zu verrichten. Die Regierung übernimmt den größten Teil des Fahrgebüses und hält die Hand über die eingewanderten Mädchen, bis sie eine Stelle gefunden haben. Letzteres ist nicht schwer. Die ersten Gruppen von Mädchen wurden gleich nach ihrer Ankunft untergebracht, aber die Nachfrage nach Dienstmädchen, denen hohe Löhne in Aussicht gestellt werden, dauert fort und die Regierung will ihr entgegenkommen. Es sollen daher nicht weniger als alle 14 Tage 100 Mädchen ausgesandt werden. Bekanntlich hat die Deutsche Kolonial-

gesellschaft vor mehreren Jahren die Auswanderung von jungen Mädchen nach Deutsch-Südwestafrika veranlaßt.

Jetzt noch wird der Mangel an gebildeten Frauen und Mädchen dort schwer beklagt. Es wird dargelegt, daß ohne die Mithilfe edler und tüchtiger Weiblichkeit der zivilisierte Mann auch unter den sonst günstigsten Verhältnissen keinen ganzen Erfolg haben könne. Die zivilisierte Frau habe dort eine hohe, kulturelle Mission zu erfüllen.

Aphorismen.

Alle Wahrheit: Zu den klügsten Menschen zählen jene, die unserer Meinung sind.

Das kann man wohl sagen: Wenn alle Glückwünsche in Erfüllung gingen — es würden ihrer tausendmal weniger dargebracht!

Etwas neues für Weihnachtsarbeiten

228) bietet der leicht auszuführende **Mosaik-Brand**. Mit den bekannten Werkzeugen für Holzbrandarbeiten, unterstützt durch entsprechende Holzbeizung, vollbringt man eine überaus wirkungsvolle Vortäuschung von Mosaik. Grundbedingung dazu ist eine fein ausgearbeitete Vorzeichnung, wie man sie z. B. von der bekannten **Hauskunst-Firma Hermann Haberbosch** in Konstanz, Post **Emmishofen 8**, einwandfrei geliefert bekommt. Kataloge gratis und franko. (H 4756 G)

Berner Halblein beste Adresse: **Walter Gyax**, Bleienbach.

Ehe eine alte Tradition stirbt, muß man sie unzählige Male totschlagen.

Ich weiß nicht mehr, in welchem Kalender ich es las — daß die schönsten Tage die kürzesten sind.

Konservativ sein heißt — so erklärte ein Politiker — behaglich dasjenige genießen, was Freiheitskämpfer mit Gut und Blut erobert haben.

Schon mancher, der in einen Kreis aufgenommen wurde, war von der warmen Aufnahme, die er dort gefunden, so sehr entzückt, daß er einige Wochen später ausrief: „Ach, warum kann man nicht immer ein Neuangekommener sein.“
Dito Weisk.
(Aus „Ueber Land und Meer.“)

Das Bessere ist des Guten Feind. — Tadellose Stärkewäsche ist der Stolz der Hausfrau. Alle Mühe und Arbeit nützt aber nichts, wenn die Stärke nicht von vorzüglicher Qualität ist. Das Vortrefflichste, was auf diesem Gebiete neustens mit Recht gepriesen wird, ist die **Remy Reiskstärke**; sie vereinigt alle wünschbaren Eigenschaften in sich und wird von fachkundigen Personen jedem andern Fabrikate vorgezogen. [77]



Die elegantesten Damen lehnen heutzutage die veraltete Cold Crème ab, die ranzig wird und dem Gesicht einen glänzigen Widerschein gibt. Sie verlangen nunmehr **Crème Simon**, **Reispuder** und **Crème Simon**, welche die wirksamste und beste Parfümerie ausmachen. Auf die Fabrikmarke Obacht geben! Im Verkauf in Apotheken, Parfümerien Bazar, Mercerien. (N 9644) [163]

¹⁷⁰⁾ Es steht fest, daß heutzutage leider noch die überwiegende Zahl der Säuglinge mit der Flasche künstlich ernährt werden muß. Nach der Flasche gehen die Eltern dann viel zu rasch zu der für die Kinder schädlichen Fleischkost über. Soll der Milch irgend ein Kräftigungsmittel beigelegt werden, so setze man einige Löffel der süßlichen **Somatose** zu. Dieselbe ist im Geschmack äußerst angenehm, so daß sie ebenso gut auch allein verabreicht werden kann. Ohne den Darm zu reizen, führt die **Somatose** dem kindlichen Organismus die für die Ernährung wertvollen Eiweißstoffe zu, regt gleichzeitig den Appetit an, regelt den Stuhl und bewirkt Kräftezunahme und Fleischansatz.

Frauen und Kinder,

Kranke und Erholungsbedürftige,

besonders

Herz-, Nerven- und Magenleidende,

müssen alle schädlichen und aufregenden Getränke absolut meiden; sie bedürfen eines vollkommen unschädlichen, milden, dabei würzig-angenehmen Frühstücks- und Vesper-Getränktes. Unter allen Getränken, die hierbei in Frage kommen, gebührt nach dem Urteile der größten Autoritäten **Kathreiner's Malzkaffee** unbedingt der erste Platz. Denn der echte „Kathreiner“ ist das denkbar gefündeste und angenehmste Getränk, und da er unter allen sogenannten „Malzkaffees“, Getreidekaffees zc. allein einen würzig-vollen, kaffeeähnlichen Wohlgeschmack besitzt, so kann keine Hausfrau besser für sich und die Ihrigen sorgen, als dadurch, daß sie täglich **Kathreiner's Malzkaffee** auf den Tisch bringt. Die untrüglichen äußeren Kennzeichen des echten „Kathreiner“ sind: Geschlossenes Paket in seiner bekannten Ausstattung, Bild, Name und Unterschrift des Pfarrers **Kneipp** als Schutzmarke, und die Firma **Kathreiner's Malzkaffee-Fabriken**. Daraf achte man beim Einkaufe immer. [208]

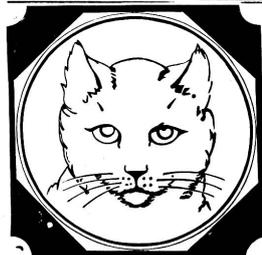


Preis Fr. 1.30 — Überall erhältlich
oder direkt bei
KAISER & Co. BERN

Krampfadern, Geschwür

17) Unterzeichnete bezeugt hiermit, dass sie 6 1/2 Jahre an **Geschwüren** (Ausfluss) am linken Beine mit grossen Schmerzen litt. Verschiedene Aerzte wurden konsultiert, doch ohne Heilung. Nachdem ich von den erfolgreichen Mitteln des Herrn **Schmid, Arzt, Bellevue, Herisau**, gehört, wandte ich mich an denselben, und schon nach Gebrauch der ersten Mittel linderten sich die Schmerzen und nach wenigen Wochen war mein Bein vollständig geheilt; seit zwei Jahren spüre ich keine Schmerzen mehr. **Elise Kilehmann**.
Vorstehende Unterschrift glaubigt die Gemeinderatskanzlei Langenthal. (K 8265-6)

Verlangen Sie unsern neuen Katalog mit 1000 photogr. Abbildungen über garantierte **Gratis** **Uhren-, Gold- und Silberwaren** **E. LEICHT-MAYER & Cie., LUZERN** 27 bei der Hofkirche.



Die (H 4029 Z) extra reine Seife „die Katze“

ist garantiert frei von allen der Seife schädlichen Substanzen und enthält das Maximum an nützlichen Stoffen. Die extra reine Seife „die Katze“ verlängert die Dauerhaftigkeit der Wäsche und erspart 20 bis 30 % auf dem Gewicht der verwendeten Seife. Man hüte sich vor Nachahmungen, deren Marken Aehnlichkeit mit dem Katzenkopf haben. [1]

Die Schweizer Hausfrauen

haben eingesehen, wie vorteilhaft sie fahren, wenn sie ihren **Kaffee** beim „**Merkur**“ kaufen, denn kein anderes Geschäft kann in Bezug auf Güte und Preiswürdigkeit gleiche Vorteile bieten. Infolge des grossen Umsatzes stets gleichmässige frische Ware. **5% Rabatt**. Verlangen Sie unsere Preisliste. [226]

„Merkur“ grösstes Spezial-Geschäft für **Kaffee, Thee, Chokoladen, Cacao, Biscuits, Bonbons, Vanille** etc.

Ueber 80 eigene Verkaufsfilialen in der Schweiz. Versand nach auswärts. — Preislisten gratis.

Probennummern der „Schweizer Frauenzeitung“ werden auf Verlangen gerne gratis und franko zugesandt.

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Nr. 11.

Nov. 1907

Der Missbrauch von Kaffee.

Ueber den Mißbrauch vom Kaffee findet sich in den „Blättern für Volksgesundheitspflege“ ein vorzüglicher und für die Praxis lehrreicher Aufsatz des bekannten Hygienikers Prof. Dr. Hueppe-Prag. Hueppe geht von der Tatsache aus, daß alle Reizmittel, welche uns die überfeinerte Kultur gebracht hat, ausnahmslos ein Agens enthalten, welches sich bei Mißbrauch als Gift geltend macht. Zu den wichtigsten und verbreitetsten dieser Reizmittel gehört der Kaffee. Das eigentliche Agens im Kaffee, d. h. der Stoff, durch den die charakteristische Wirkung des Kaffees bedingt wird, ist, wie alle wissenschaftlichen Versuche übereinstimmend ergeben haben — das Koffein. Nach einer Untersuchung über den chemischen Charakter des Koffeins, die vorwiegend fachmännisches Interesse hat, kommt Hueppe auf die spezifischen Erscheinungen zu sprechen, welche durch Koffein-Genuß im menschlichen Organismus hervorgerufen werden. Er schildert sie folgendermaßen: Die Verdauungsorgane reagieren mit nervösen Verdauungsstörungen, Erbrechen und Durchfall; später tritt oft hartnäckige Verstopfung ein; manchmal werden auch Hämorrhoidal-Erscheinungen beobachtet. Auch auf die Nieren und Schleimhäute der Harnblase und Harnröhren übt Koffein eine Reizwirkung aus. Direkter Einfluß auf die Eiweiß-Zersetzung erfolgt nicht, wohl aber indirekt dadurch, daß es die Muskel-Tätigkeit anregt und damit den Zerfall von Muskel-Eiweiß vermehrt. Der chronische Koffeinismus beim Menschen äußert sich in Herzkrämpfen, Muskelzittern, Halluzinationen und Angstzuständen, es treten Kopfschmerzen, Schwindelanfälle, Schlaflosigkeit ein, die oft verkannt und als Erscheinungen anders gearteter schwerer Hysterie gedeutet werden.

Ein vom sozial-hygienischen Standpunkte besonders wichtiges Moment ist nach Hueppe ferner die ungünstige Wirkung des Koffeins auf das Herz, für welche die moderne Wissenschaft immer mehr unum-

stößliche Tatsachen und Beweise liefert. Der Zunahme des Kaffee-Genusses in den Kulturländern ist direkt die erschreckende Ueberhandnahme der Herzkrankheiten zuzuschreiben.

Aus den weiteren hochinteressanten Ausführungen Hueppes sei schließlich noch ein Punkt herausgegriffen, der in sozialer, hygienischer wie pädagogischer Hinsicht von gleich großer Bedeutung ist — nämlich die Schädlichkeit des Bohnenkaffees für Kinder, auf welche Hueppe dankenswerterweise mit allem Nachdruck hinweist. Wo aber bei Kindern, so fährt er dann fort, und Erwachsenen eine Gewöhnung an den Kaffee-Genuß bereits eingetreten ist, mit der man zu rechnen hat, müssen Ersatz-Getränke Platz greifen, die das Wesentliche des Genußmittels retten. — Damit kommt der berühmte Gelehrte auf die große und brennende Frage des Kaffee-Ersatzes zu sprechen. Nach seiner Meinung kommen da vor allem Milch und Malzkaffee in Betracht, die sich in jeder Hinsicht für Kinder wie für Erwachsene der verschiedensten Berufsklassen als zuträglichste und einwandfreieste tägliche Getränke bis jetzt erwiesen haben.

Senf = Gurken.

Fünf Kilo große, völlig ausgewachsene Gurken werden geschält, der Länge nach durchgeschnitten, mit einem silbernen Löffel Mark und Kerne ausgekratzt und in beliebig große Stücke geschnitten; schichtweise in einem Topf mit Salz überstreut, läßt man sie 24 Stunden liegen, während welcher Zeit man sie öfter umdreht. Sie werden hierauf auf ein Sieb geschüttet und mit einem Tuche sorgfältig abgetrocknet. — Man schichtet die Gurken in Steintöpfe mit dazwischen gestreutem Gewürz. Als Gewürz verwendet man auf ca. 5 Kilo Gurken 300 Gramm Perlzwiebeln, 100 Gramm fein würflig geschnittenen Meerrettich, 15 Gr. Pfefferkörner, etwas Nelkenpfeffer, Lorbeerblätter, Dill und Estragonblätter und 120 Gramm gelben Senfsamen. — 1—2 Liter Wasser und 2 Liter guten Einmach-Essig kocht man einmal auf, nimmt vom Feuer, gibt je nach Geschmack einige Stückchen Zucker und ein Päckchen Dr. Decker's Salicyl à 10 Cts. hinzu, läßt die Flüssigkeit erkalten und gießt sie über die Gurken. Die Gurken müssen mit dem Essig bedeckt sein. Auf die Gurken legt man ein Säckchen mit gelbem Senfsamen. Ein weiteres nochmaliges Aufkochen des Essigs ist unnötig, weil das hinzugefügte Salicyl ein Verderben des Essigs verhindert. Unter keinen Umständen koche man den Essig mit dem Salicyl, sondern gebe es stets nach dem Kochen hinzu, sonst verliert es seine Kraft. — Gut zugebunden halten sich die Gurken unbegrenzt, sind sehr aromatisch und ausgezeichnet im Geschmack.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Eine gute Kartoffelsuppe. Man nimmt ein gutes Stück Fett, läßt eine fein geschnittene Zwiebel ein wenig darin dämpfen, sie kann aber auch wegbleiben. Nun röste man darin einen Eßlöffel Mehl hellgelb, füllt so viel kaltes Wasser zu, als Suppe nötig ist, gibt Pfeffer, Salz, etwas Fleischextrakt und feinwürflig geschnittene Kartoffeln (für 5 Personen einen Suppenteller voll) hinzu, kocht sie wohl eine Stunde oder auch bis die Kartoffeln gar sind und richtet sie an. Der Fleischextrakt muß nicht durchaus daran, doch macht er die Suppe unvergleichlich besser.

*

Italienische Reissuppe. Eine große Zwiebel, klein geschnitten, schwitzt man mit Butter oder Del, fügt $\frac{1}{8}$ Kilo Reis, der gut abgewaschen und gebrüht ist, hinzu und rührt ihn auf dem Feuer unter Hinzufügung von Salz, Pfeffer und etwas Gewürz, alsdann gießt man 2 bis 3 Liter gute Fleischbrühe darüber und läßt den Reis gar, doch nicht zu weich kochen. Indessen schält man 3 Karotten, bratet sie in Scheiben geschnitten in Butter, mischt sie unter die Reisbrühe und gibt diese Suppe mit Parmesankäse zu Tisch.

*

Suppe von gelben Rüben mit Reis. 6 große, gelbe Rüben werden auf dem Reibeisen gerieben, mit 3 bis 4 dünnen Schnitten rohem Schinken, einem Stück Butter und etwas Fleischbrühe gedünstet, gut verrührt und so viel Bouillon nachgegossen, als man nötig hat. Nach diesem durchpassiert, 70 Gramm weich gedünsteten Reis, etwas Liebigs Fleischextrakt in die Suppe gegeben, und so zu Tische gebracht. Sie kann auch mit Eidottern legiert werden.

*

Gebackene Hühner. Die jungen Hühner werden gebrüht, ausgenommen, rein gewaschen und in einen Fleischtopf getan, woselbst man sie einen Ball aufkochen läßt. Alsdann in vier oder sechs Teile zerschnitten, mit Salz und leicht mit Pfeffer bestreut und nachdem sie einige Zeit geruht haben, in Mehl umgekehrt, in zerschlagene Eier getaucht, mit Reibmehl besäet, aus heißem Schmalz zu schöner, goldgelber Farbe herausgebacken und zum Entfetten auf Brotschnitten gelegt. Sie werden erhaben angerichtet und mit Petersilie garniert zu Tisch gegeben.

*

Gente gebraten. Dieselbe muß zwei Tage vor der Zubereitung geschlachtet worden sein, dann schneidet man den Hals, die Flügel und

die Beine ab, wäscht sie gut, reibt sie inwendig mit Salz ein, dressiert sie, füllt sie entweder gar nicht oder mit einer Fülle von 150 Gramm geriebener Semmel, dem gehackten Magen, Herzen, Lunge und Leber, 60 Gramm Butter, 2 Eier und Salz, oder man füllt sie mit Kastanien folgendermaßen, welches auch sehr gut schmeckt: Man macht in große italienische Kastanien mit dem Messer einen Einschnitt, gibt sie in kochendes Wasser und kocht sie so lange, bis sich die innere und äußere Schale leicht ablösen läßt, dann dämpft man die Kastanien in einem Stück frischer Butter, etwas Zucker und Salz, sowie einem Löffel kräftiger Fleischbrühe weich und braun, fügt die feingehackte Entenleber hinzu, füllt alles in die Ente, näht dieselbe zu und brät sie in Butter unter langsamem Angießen von einigen Löffeln Wasser oder Fleischbrühe schön braun.

*

Hasenbraten. Man wasche den Hasen mit kaltem Wasser sauber, dann trockne man ihn mit einem Tuche ab, lege ihn auf ein Brett und häute Ziemer und Schlegel. Alsdann spickt man den Braten mit Speck, reibt ihn mit Salz und gemahlenem Pfeffer gut ein und legt ihn in guten Weinessig, so daß der Essig darüber geht. Dem Weinessig füge man geschnittene Zwiebel, einige Lorbeerblätter und etwas Citrone hinzu, lasse ihn einige Tage in der Beize liegen, dann bratet man ihn. Hierzu nehme man eine Bratpfanne von Blech oder besser einen gußeisernen Tiegel, in welchem man Schweineschmalz und Butter zu gleichen Teilen heiß werden läßt, worauf man den Braten hineinlegt und ihn schön dunkelgelb werden läßt. Auf die Oberfläche streut man zwei Eßlöffel Mehl und wendet ihn um, wenn die eine Seite gelb geworden, das Mehl muß ebenfalls ein dunkelgelbe Farbe erhalten, nachher wird es mit Wasser und der Beizebrühe abgelöscht. Die Sauce kann vor dem Anrichten mit saurem Rahm abgezogen oder ohne denselben auf den Tisch gegeben werden. Als Beilage sind geröstete Kartoffeln, auch Salat, Kartoffelklöße zu empfehlen.

*

Junge Tauben zu backen. Einige Tauben werden gereinigt, in Hälften zerlegt, mit Salz bestreut und mit einer Zwiebel und etwas Wurzelwerk und wenig Fleischbrühe beinahe weich gedünstet in einer gut zugedeckten Kasserolle. Nachher nimmt man die Tauben heraus, läßt sie gut abtropfen, kehrt sie in zerklöpftem Ei und Zwieback oder gestoßenen Brosamen um und backt sie auf beiden Seiten schön braun. Beim Anrichten garniert man sie mit Petersilie.

*

Hase. Der Hase wird dressiert, abgehäutet, fein gespickt, mit Salz und Pfeffer bestreut, mit einigen Speckscheiben belegt, mit $\frac{1}{4}$ Liter

Essig und ebensoviel Wasser begossen, Zwiebel, gelbe Rüben und Grünzeug dazu, in einem Rohr schön braun und langsam gebraten und mit Salat zu Tisch gegeben.

*

Hirnschnitten. Ein oder zwei gutgereinigte Kalbshirne werden verwiegt und mit einer feinverwiegten Zwiebel in heiße Speckwürfelchen gegeben; ein eingeweichtes, ausgedrücktes, verwiegtes Brötchen, ein Löffel gehackte Petersilie, Salz, Pfeffer, Muskatnuß und etwas Zitronensaft zugesügt und alles über gelindem Feuer gekocht und zuletzt mit einem verklopften Ei und einem Gäßchen Maggis Suppenwürze vermischt. Milchbrötchen werden in ein Centimeter dicke Scheibchen geschnitten, auf einer Seite mit Eiweiß bestrichen, eine fingerdicke Lage Fülle drauf gegeben, am Rand schön glatt gestrichen, wieder mit Eiweiß bepinselt, mit Paniermehl bestreut, in heißer Butter schwimmend goldgelb gebacken, abgetropft und heiß serviert.

*

Kalte Meerrettig-Sauce. Vorbereitungszeit 10 Minuten. Für 5 Personen. Zutaten: $\frac{1}{4}$ Liter dicken sauren Rahm, 2 Eßlöffel geriebener Meerrettig, ein Teelöffel Senf, ein Teelöffel Zucker, Salz, Pfeffer, zwei Eßlöffel Tafelöl, fünf Gramm Liebig's Fleischextrakt und der Saft einer halben Zitrone. Obige Ingredienzien vermische man gut, schmecke, ob genügend süß oder säuerlich und richte zu Suppenfleisch oder Sulze und Kartoffeln an.

*

Mal in Madeirasauce. Von 60 Gramm Butter und Mehl wird eine bräunliche Mehlschwitze geröstet und mit Fleischbrühe zu einer sämigen Sauce gerührt und gekocht. In diese wird der in Stücke geschnittene Mal gegeben, gesalzen und in der Sauce langsam geschmort. Ist er weich, legt man ihn behutsam auf die Servierschüssel, passiert die Sauce über ein Ragout von weich gekochten Morcheln, Champignons, Klobfchen und Krebschwänzen, gibt ein Glas Madeira zu und schüttet das Ragout über den Fisch.

*

Rümmelkraut. Ein Weißkohlkopf wird in vier Teile geschnitten, gewaschen, in Salzwasser weich gekocht und mit dem Wiegemeßer grob zerkleinert. In 50 Gramm heißer Butter werden gehackte Zwiebeln gedämpft und ebenso das Kraut; nach einer halben Stunde staubt man etwas Mehl auf, gießt einige Löffel mit Fleischextrakt gekräftigte Fleischbrühe daran, streut Rümmel ein und dämpft das Kraut vollends gut weich.

Kartoffel-Klöße. 750 Gramm gekochte Kartoffeln werden gerieben. Stückchen dürfen nicht dazwischen sein, weil diese das Zusammenhalten verhindern. Die Krumen von 250 Gramm Weißbrot werden gerieben. Die Rinden in kleine Stücke zerschnitten und in Butter froß gebacken. Dies alles wird mit 6 Eiern, etwas Salz nach Geschmack und ein Päckchen Backpulver verarbeitet. Ist der Teig zu weich, so fügt man Mehl hinzu; hieraus formt man 6 Klöße, kocht sie in Salzwasser. Erforderlich ca. 20 Minuten. Einen Klob prüft man durch Zerschneiden, ob er gar sei. Sehr gut zu Hasen- und Sauerbraten, auch reicht man gekochtes Obst dazu. Besonders im Frühjahr zu empfehlen, wenn die Kartoffeln nicht mehr gut schmecken.

*

Schwarzwälder Kartoffelragout. Große rohe Kartoffeln werden in dicke Scheiben geschnitten, gesalzen, gepfeffert, und mit in Butter gehackten Zwiebeln und mit Petersilie vermischt. Hierauf wird der Boden einer gut ausgebutterten Kasserolle mit der Hälfte der Kartoffeln belegt; auf diese gibt man ein Kilo in Scheiben geschnittenes Schweinefleisch vom Bug, ebenfalls mit in Butter gedämpften gehackten Zwiebeln und Petersilie sowie mit Pfeffer und Salz bestreut. Auf dieses wird die andere Hälfte der Kartoffeln gefüllt, die Kasserolle gut geschlossen und in die Bratröhre gegeben, in der man sie zwei Stunden unter öfterem Rütteln schmoren läßt. Kurz vor dem Anrichten gießt man eine Masse an das Ragout, die wie folgt zubereitet wird: Vier ganze Eier zerquirlt man mit $\frac{1}{2}$ Liter saurem Rahm und etwas Kümmel. Dies wird einigemal kurz durchgeschwungen und dann sofort serviert.

*

Apfelspeise. Man schäle sechs gute saure Äpfel, schneide sie fein, wälze sie ganz leicht in Mehl und backe sie schön gelb in gutem Fett. Nun bestreibe man eine Kasserolle ebenfalls mit Fett, gebe die ausgebackenen Äpfel hinein mit dazwischen gestreuten Weinbeeren, feingewiegter Zitronenschale, Zucker und Zimmt, alsdann rühre man drei Eigelb in einer Schüssel mit einer Tasse süßem Rahm gut ab, gebe es über die Äpfel, schiebe das Ganze in den Ofen und backe es zu schöner Farbe. Das Ganze muß man heiß zu Tisch geben.

*

Reisring mit verschiedenen Früchten. 150 Gr. Reis werden einigemal gewaschen, dann kalt aufgesetzt, bis zum Kochen gebracht und abgesehen, mit kaltem Wasser abgeschwenkt und mit einem halben Liter Milch, 60 Gramm Butter, einer Stange Vanille oder Zitronenschale langsam weich und körnig gekocht. Etwas Butter wird

darunter gezogen, ebenso 100 Gramm Zucker. Das Ganze wird in eine angefeuchtete oder ausgebutterte Ringform eingedrückt und auf eine runde Schüssel gestürzt. Verschiedene gekochte Früchte werden heiß in den Ring eingelegt, die Fruchtsauce mit etwas Rum aufgekocht und über die Speise gegossen.

*

Auflauf von saurem Rahm. 125 Gramm Mehl werden mit einem halben Liter saurem Rahm und vier Eigelb glatt gerührt, Zucker und Vanille zugegeben, zuletzt der Schnee der vier Eiweiß daruntergezogen, in die Auflaufform eingefüllt und langsam im Ofen gebacken.

*

Preißelbeeren in Gläsern und Steinguttöpfen. Man verwende nur ganz reife, schöne, vollkommen entwickelte Früchte. Alle unreifen und schlechten Beeren lese man aus. Man wasche sie dann in reinem Brunnenwasser und lasse sie auf einem Seiher gut ablaufen. Noch einfacher und schneller reinigt man aber die Preißelbeeren, wenn sie durchaus schön reif sind, daß man sie in einem Haarsiebe in Wasser hält und gehörig durcheinanderrührt. Die dadurch sich ablösenden Blätter und Schmutzteile steigen an die Oberfläche. Man entfernt diese und bringt die Beeren zum Abtropfen in ein Blechsieb. In einem emaillierten oder glasierten Kochgeschirr (auch im Kupfer- oder Messingkessel) löse man stückweise in Wasser getauchten Hutzucker auf und verschäume ihn. Auf ein Kilo Beeren rechnet man gewöhnlich 300 Gramm Zucker; doch kann man nach Wunsch weniger (nur 100 bis 150 Gramm) nehmen. Ist der Zucker klar geläutert, so schüttet man die abgeschwenkten Beeren hinein, hebe sie mit einer Schaumkelle vom Boden möglichst nach oben, rühre sie mehrmals um, wobei man den Schaum entfernt, lasse sie auf nicht zu starkem Feuer weich werden, aber nicht zerkothen, und bringe sie mit dem Saft in eine Porzellan- oder glasierte Schüssel. Diese überdecke man mit einem Tuche und stelle sie 24 Stunden lang an einen kühlen Ort. Am andern Tag rühre man die kalt gewordenen Beeren gehörig durcheinander, fülle sie in trockene reine Gläser oder Steinguttöpfe, wobei man darauf achtet, daß keine Hohlräume bleiben, streiche sie obenauf glatt, lege als Verschuß mit Rum, Arrak oder Fruchtbrand ein getränktes Papier auf und binde die Gefäße mit Papier, am zweckmäßigsten mit angefeuchtetem Pergamentpapier, gut zu. Um den für viele unangenehmen scharfen Geschmack der Preißelbeeren zu mildern, empfiehlt es sich, auf fünf Gewichtsteile Beeren zwei Gewichtsteile geschälte Birnen und andere ganz mit möglichst erhaltenem Saft zusammen zu kochen und dann so in die Gefäße einzufüllen, daß sie von den Preißelbeeren bedeckt sind. Die Birnen werden schön rot und schmecken recht pikant, während die Preißelbeeren ihren herben Ge-

schmack durch die süßen Birnen verlieren. Man kann beide Fruchtarten zusammen oder jede für sich auf den Tisch bringen.

*

Eingesalzene Petersilie. Um Petersilie auch zur Winterszeit zu haben, kann man sich im Sommer frisches Kraut von ihr trocken, oder Pflanzen in Töpfe pflanzen und an frostfreien Orten zum Weiterwachsen aufstellen. Weniger ist dagegen bekannt, daß Petersilie auch in eingezogenem Zustande zum Weiterverbrauche tauglich ist. Das frische Kraut wird hierzu im Herbst mit samt den Stilen in ein Gefäß gelegt, mit gekochtem und abgekühltem Salzwasser übergossen und dann noch reichlich Salzwasser hinzugetan. Das Kraut ist dann noch mit einem reingewaschenen Steine zu beschweren und darf nicht auf der Flüssigkeit schwimmen.

*

Rhabarber auf einfache Art zu konservieren. Die gewaschenen Stengel werden nicht abgezogen, nur leicht geschabt, damit den Stengeln die hübsche rote Farbe erhalten bleibt. In kleine Würfel geschnitten wird der Rhabarber in gut gereinigte Verschlußgläser eingefüllt, mit klarem Wasser übergossen und das Glas verschlossen. So eingemacht hält sich Rhabarber wie auf andere Weise. Beim Gebrauch wird beliebig Zucker beigelegt.

*

Um Flaschen zu reinigen, in denen Flüssigkeiten, Rückstände zurückgelassen haben, bediene man sich der Schalen von zwei bis drei Eiern. Diese werden klein gedrückt, in die Flasche geschüttet und mit reinem Wasser tüchtig darin herumgeschwenkt. Ein ebenso praktisches Mittel sind kleine Kartoffelstückchen, mit denen man die Flasche zur Hälfte füllt. Mehrmaliges Abgießen des trüben und Nachfüllen frischen Wassers macht die Reinigung vollständig. Für ölige Flaschen sind Brennesseln oder frisches Gras ein vorzügliches Mittel zum Reinigen. Man steckt das Kraut in die Flaschen, füllt etwas Wasser darauf, und schüttelt sie gut, worauf alle Unreinigkeit verschwinden wird.

*

Um Linoleum lang glänzend zu erhalten, behandelt man es auf folgende Weise: Bevor man zum Wischen desselben schreitet, wäscht man es mit gleichen Teilen Milch und Wasser sauber ab, sodann reibe man es mit Terpentinspiritus, in dem Bienenwachs gelöst wurde, ein, und glätte es mit reiner, weicher Bürste oder Flanellappen. Drei bis vier Wochen reibe man das Linoleum täglich trocken ab. Erst nach Verlauf dieser Zeit wiederhole man dies Verfahren und man hat stets reine und glänzende Teppiche und Läufer.