Objekttyp: **Issue**

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

Band (Jahr): **30 (1908)**

Heft 14

PDF erstellt am: **28.04.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

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

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

http://www.e-periodica.ch

Nr. 14. 1908

Schweizer Frauen-Zeitung.

30. Jahrgang.

Organ für die Interessen der Frauenwelt.

Abonnement.
Bei Franko-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 Langgaß
Telephon 376.

Insertionspreis:
Per einfache Petitzeile
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 schließ an ein Ganzes dich an!

Sonntag, 5. April.

Inhalt: Gedicht: Frühlingsgebet. — Blühende Jugend. — Das Paradiesbett. — Ewa Nansen, eine glückliche Hausfrau. (Schluß.) — Sprechsaal. — Feuilleton: Ein Sieg. — Was der Mensch säet. (Fortsetzung.)

Erste Beilage: Spruch. — Fortsetzung des Sprechsaals.

Zweite Beilage: Gedicht: Versöhnung. — Briefkasten der Redaktion. — Fortsetzung des Sprechsaals. — Abgerissene Gedanken.

Ein Frühlingsgebet.

Hinter den Hügeln schlafen die Winde,
Aber Du fühlst, sie schlafen nicht lang' . . .
An den Aesten springt schon die Rinde,
Keimt der erste Knospendrang —
Und Du siehst, wie rings die Erde
Dunkel den weißen Schnee durchdringt . . .
Daß der Himmel voll Sonne werde,
Betet Dein Herz nun und braust und klingt.

Weil die Winde nun bald erwachen
Mit aufjauchzender Frühlingskraft,
Fühlst Dein Blut Du zittern und lachen,
Und in den Stämmen treibt der Saft.
Aus dem Dunkel schlafender Träume
Dämmert Dein Sinn dem Lebendigen zu,
Und wie Brüder sind Dir die Bäume,
Denn sie gedeihen und wachsen wie Du.

Horch! schon werden zum Sturm die Lüfte . .
Hinter den Hügeln erwachen sie schon.
Feurige Sehnsucht sprengt die Grüfte
Und die taumelnden Wolken loh'n.
Sonne! Sonne! Aus duftenden Becken
Bringt die Erde Dir seligen Dank!
Die Du zum Leben kannst erwecken
Täler, die schliefen, und Herzen, die krank.

Die Du die Wesen fühlst mit Sehnen,
Scheue das Dunkel, verscheuche das Weh!
Sonne! Sonne! o tilge die Tränen
Wie Du tilgst den Winterschnee!
Wenn Dein Glanz die Stürme begleitet
Leuchtend auf wilder Wanderschaft,
Halten die Arme ausgebreitet
Tausende, denen die Brust sich weitet,
Die eine selige Sehnsucht leitet,
Jugend zu trinken und Licht und Kraft.

Wenn Dein Glanz die Stürme begleitet,
Sonne! o gib uns Deine Kraft!

Franz Evers.

Blühende Jugend.

Sorgen wir dafür, daß wir eine blühende Jugend haben, denn in ihr steckt die Größe einer Nation und der Keim zu allem Guten und Schönen, an dem sich die Menschheit erfreut. Vernünftige Männer haben uns die Bahnen angedeutet, auf denen unser Nachwuchs seine höchsten Ziele zu suchen hat und ihnen, nicht Schwärmern und Ueberspannten, die gar nichts erreichen, weil sie zu Vieles wollen, sollen wir Gehör schenken und Gefolgschaft leisten. Wie sagt doch Theodor Roosevelt, der weise und männliche Präsident der Vereinigten Staaten von Nordamerika in seinen Ausführungen über den Daseinskampf? Er, der ein hohes Gefühl der Wertschätzung und Gerechtigkeit für die Menschen und Völker in sich trägt, er, der da erklärte, daß ein Gesetz, welches gegen irgend eine Klasse der Bevölkerung ungerecht ist, unmöglich ohne Schaden für die ganze Nation, für die Allgemeinheit sein kann, er will Taten und verachtet leeres Geschwätz. „Der ins Aeußerste gehende Schwärmer muß sich gegenüber dem praktischen Reformer und dem Manne der Oeffentlichkeit, der hart für's Gemeinwohl kämpft, als moralisch niedriger stehend betrachten, denn die Leistungen gelten, nicht die schönen Worte."

Eine blühende Jugend ist eine leiblich und seelisch kräftige. „Gut im höchsten Sinne des Wortes sollte alles das bedeuten, was man sonst würdig, gerade, ehrenhaft, mutig, gesittet heißt." „Ein Knabe von gesundem Geist und Gemüt muß Abscheu empfinden für den Feigen und größeren Abscheu noch gegen denjenigen, der sich brutal gegen das Weib und Kind bezeugt und der Tiere zu quälen eine Lust hat." Gesundheit, Stärke, Schönheit — singen wir ihnen ein Lobeslied, erwecken wir diese drei Dinge mehr und mehr in unserer Jugend.

Wer gesund und stark ist, dem gehört die Welt, dem öffnen sich die Pforten tätigen Glückes, er vermag ein tüchtiger Ackerer auf dem Wege des menschlichen Fortschrittes zu sein. Sehen wir um uns auf dem Erdenball, der uns trägt, so finden wir genugsam Völker, die zurückgeblieben sind im Daseinskampfe, weil sie Schwäche in ihren Unternehmungen zeigten und Gleichgültigkeit, Dinge, die in erster Linie darin wurzeln, daß jene Völker in ihrer Fiber nicht stark genug sind, daß ihre Gesundheit keine vollkommene ist. Ist die Hauptwurzel geschwächt, so kann auch kein starker Baum daraus zum Lichte emporbrängen.

Eine Lampe mit wenig Oel kann kein helles Licht geben und ein Feld, das arm an Stickstoff ist, trotz guten Samens keine reiche Ernte. Und so vermag auch unser Körper, wenn seine Fiber schlapp ist und das Blut nicht reichlich und flott in ihm umfließt, nicht jene Energie zu entwickeln, die zum Siege im heutigen Lebenskampfe vonnöten sind. Haben wir Kräfte in uns aufgespeichert, so erwächst uns aus diesen auch das Vertrauen in unsere Leistungen, in unsere Zukunft. Je gesunder und blühender unsere Jugend, um so herrlicher auch das Gedeihen der Allgemeinheit, unseres Volkes, der Menschheit.

Darum müssen wir unser Augenmerk immer mehr auf die körperliche Kräftigung unserer Jugend lenken. Noch immer harrt eine große Masse der Aufklärung in hygienischen Dingen, noch immer bedarf es der Klarlegung der Grundbedingungen für die wichtige Entfaltung der leiblichen und seelischen Kräfte bei Tausenden und Hunderttausenden. Die große Wahrheit, welche Plato, der alte Weltweise, vor zwei Jahrtausenden der Menschheit zurief, daß nämlich der nur geistig und sittlich erzogene, aber in seiner leiblichen Erziehung vergessene Mensch ein verstümmeltes Wesen sei, diese große Wahrheit ward von nur zu Vielen vergessen. Denken wir daran, daß das Griechenland und Rom der klassischen Zeit groß waren, weil ihre Söhne die Kräfte der Glieder mit denen des Geistes zu verbinden verstanden!

P.

Das Paradiesbett.

Nicht leicht eine Neuerung hat sich so rasch eingebürgert, als die Bettenreform. Aber auch nicht leicht etwas anderes hat so viel Behagen verbreitet und die Gesundheit gefördert, wie die neue Zusammenstellung des Lagers, auf dem die Menschheit einen schönen Teil der Lebenszeit zubringt. Die Federungetüme, nach denen man früher den Vermögensstand einer Braut, den Wohlstand des Hauses taxierte, findet man nur noch in jenen Gegenden, die dem modernen Verkehr noch nicht erschlossen sind. Seitdem die Sommerfrischler und Touristen in den abgelegensten Alpentälchen sich über die Saison seßhaft machen, mußte das Monstre-Federbett auch dort dem Reformbett den Platz räumen und eine Braut, die Anspruch auf hygienische Bildung macht, ruht nicht, bis sie sich von der vielleicht noch besonders am Hergebrachten hängenden Mama zu ihrer Ausstattung die Reformbetten gesichert hat, denn sie möchte auf diesem Gebiet am allerwenigsten rückständig sein. Die Steinerschen Reformbetten — Paradiesbetten genannt — (Vertreter für die Schweiz Häberlin & Co., Bleicherweg, Zürich) tragen ihren Namen aber auch mit vollem Recht und es wäre ein gutes Werk, wenn überall und mit Nachdruck auf diese neuen Schlafstätten aufmerksam gemacht würde, die nicht nur für die Gesundheitspflege unübertrefflich, sondern auch bezüglich der Bequemlichkeit der sorglichen Hausfrau äußerst dienlich sind. Welche enorme Mühe macht es doch nur, die Matratzen während der guten Jahreszeit einigemal an die Luft und an die Sonne zu bringen, damit die Füllung wieder nach Möglichkeit elastisch werden und aufgehen kann. Dieser Wohltat kann man die Haarfüllung der Paradiesbetten-Matratzen jeden Tag teilhaftig machen, ohne daß man sie aus dem Bett zu

nehmen braucht. Man kann sozusagen eine jede einzelne Zelle der Matratze mit frischer Luft und Sonne füllen, die dann dem Körper des Ruhenden während dem Schlafe zugeführt werden. Kein Wunder, daß man sich am Morgen beim Erwachen so auffallend erquickt fühlt. — Ein gutes Teil Fortschritt ist es schon, wenn man beim neuen Aufrüsten seiner alten Betten sich die Paradiesbetten zum Vorbild nimmt und zum ersten das Federunterbett beseitigt. Für alte Leute, die glauben, ohne ein solches nicht auskommen zu können, mag die Matratze mit einer mit Schafwolle belegten und abgenähten Steppdecke bedeckt werden. Die Federkopfkissen, die bekanntlich den Kopf in ungesunder Weise erhitzen — man denke nur an die Unruhe, die sie bei Zahn- oder Ohrenschmerzen schaffen — füllt man mit Roßhaar oder mit Wolle. Eine praktisch erfahrene Hausfrau ist auf den Gedanken gekommen, die sich im Laufe der Zeit ergebenden Abfallstücke von reinwollenen Kleidern, Strümpfen, Unterzeug 2c. nach gründlicher Reinigung in passende Größe zu zerschneiden und aufzuzupfen. Diese Wolle soll eine ganz ideale Füllung für Kissen ergeben, sie bleibe immer locker und erhitze in keiner Weise. Aus den prallgestopften Federdeckenungeheuern, die dem Ruhenden jede freie Bewegung zur Unmöglichkeit machen, wäre die Hälfte herauszunehmen, denn mit einer Wolldecke darunter, die sich dem Körper in jeder Lage anschmiegt, hält die locker gefüllte Decke reichlich warm genug, ohne jene bangmachende Brutofenhitze zu erzeugen, die hauptsächlich der Jugend so schlecht bekommt. — In jedem Fall ist vorauszusehen, daß binnen absehbarer Zeit die Bettreform überall durchgeführt sein wird, so daß unsere Nachkommenschaft die alten Federungeheuer nur noch in Museen zu sehen bekommen wird.

Ewa Nansen, eine glückliche Hausfrau.

Von Semper.

(Schluß.)

Ihrer Mutter und Schwester Haus, sowie zugleich des Dichters Welhaven, Wergelands und Professor Sars Haus war eine Versammlungsstätte für die ganze feingebildete Welt in Christiania gewesen, sowohl, was Kunst und Wissenschaft, als auch, was Politik anbetrifft und versetzt uns in Gedanken in Ludwig XIV. Zeit zurück, da alles, was Bildung und Talent besaß, ähnliche Versammlungsstäten in Paris hatte.

Es waren vier Geschwister, zwei Brüder und zwei Schwestern. Frau Nansen wurde im Jahre 1858 geboren und im Jahre 1889 verheiratet.

Ihr ältester Bruder Ernst hat sich bereits einen angesehenen Platz in der Litteratur erworben, indem er unter Norwegens erste Historiker rechnet; er und Björnstjerne Björnson kämpfen in der ersten Reihe für Norwegens Freiheit.

Der jüngste Sohn Assian ist in seines Vaters Fußspur getreten und man hegt große Erwartungen seinetwegen bezüglich der Naturwissenschaften, weil er vorzüglich begabt ist; er ist Professor der Zoologie an der Universität von Christiania.

Alle diese Mitteilungen wurden uns von Frau Nansen mit großer Bescheidenheit gemacht, während wir die vielen Familienporträts betrachteten.

Rund um die Wände hingen verschiedene Oelmalereien, die teils Nansen, teils seine Frau gemalt hatten; aber unter allen Bildern und Oelmalereien waren da zwei Augenblicksphotographien, die Frau Nansen ganz besonders hoch schätzte und welche angefertigt waren, da Nansen sich auf die Reise begab, die ihn so berühmt machen sollte über die ganze zivilisierte Welt hinaus.

Das erste war Nansen auf der Kommandobrücke der Fram stehend, mit einem Fernrohr nach einer Frau sehend, während das Schiff langsam aus dem Meerbusen abdampft und in das Meer einfährt; auf dem anderen sieht man ihn, den Hut schwingend und ihr ein letztes Lebewohl zuwinkend.

Wir zeigten ihr eine Photographie Nansens, welche wir in Christiania erworben hatten, aber sie schüttelte den Kopf, als sie es sah:

„Die ähnelt ihm nicht, das ist das einzige gute Bild von meinem Manne," versetzte sie darauf und reichte mir ein Kabinetbild, welches sie mich zu behalten bat.

Es war Frau Nansen anscheinend keineswegs schmerzlich, von ihrem abwesenden Gatten zu sprechen. Nun er zurückgekommen ist, nach glücklicher Reise, ist ja die lange Wartezeit jedenfalls vergessen, aber damals, als wir sie in ihrem Heim besuchten, schien es mir doch, als wenn es ihr sehr schwer hätte auf dem Herzen liegen müssen, doch atmete jedes ihrer Worte die größte Zuversicht und die stärkste Hoffnung.

„Ich zweifle keinen Augenblick daran, daß er zurückkommt, denn wie hätte ich ihn mir sonst entschlüpfen lassen, wenn ich nicht fest auf sein Glück vertraut hätte!"

„Es könnte sein, daß „Fram" vom Eise zerquetscht wird, und wenn dies Unglück eintreten sollte, so besitzen sie ausgezeichnete Boote, die sie gebrauchen können und wenn die auch verloren gegangen sein sollten, so haben sie ihre Kajakken, transportable Seidenzelte und Schlafsäcke, welche sie benützen können; denn wenn sie genötigt werden, das Schiff zu verlassen, werden es hauptsächlich die Schneeschuhe sein, von denen Gebrauch gemacht werden muß; auf diese Weise ging das auch in Grönland.

Ich fürchte, daß er schrecklich mitgenommen ist, wenn er zurückkommt," fuhr sie fort, „das war damals auch so, als er von Grönland und seiner Tour nach England zurückkam. Aber ich werde ihn schon wieder auf den Damm bringen."

Darauf sprachen wir von verschiedenen Sprachen und sie meinte:

„Es hat mir viel Beschwerde verursacht, Deutsch und Englisch zu lernen, aber das Französische wollte gar nicht in meinen Kopf hinein!"

Wir nahmen nun in der Wohnstube Platz und sahen durch die offenen Fenster hinaus über den Meerbusen, der vor uns in seiner ganzen Ausdehnung lag; das kleine, helläugige Mädchen war mit seinem Spielzeug beschäftigt und hörte die folgende Bemerkung ihrer Mutter nicht:

„Leben" war noch ganz klein, als ihr Vater abreiste, er wird natürlich sehr erstaunt sein, wenn er zurückkommt und sieht, wie groß sie geworden ist.

Wir fragten Frau Nansen, ob das wahr gewesen sei, daß sie Lust gehabt hätte, ihrem Mann auf seiner großen Polar-Expedition zu folgen.

„Ja, das ist wahr," antwortete sie, „mein Mann hätte auch seine Einwilligung gegeben, aber im letzten Augenblick bat Kapitän Swerorup ihn, diesen Gedanken aufzugeben und die Mannschaft, welche übrigens nicht daran zweifelte, daß ich die Beschwerden der Reise hätte ertragen können, vereinigte ihre Bitten mit denen des Kapitäns.

Auf diese Weise geschah es, daß ich zu Hause blieb und ich habe seitdem die Zeit damit zugebracht, im Gesang zu unterrichten und selbst zu singen, aber ich denke jetzt noch oft daran, daß ich sehr gut an der Expedition hätte teilnehmen können."

Frau Nansen äußerte dies nicht ohne Grund, denn trotz ihrer Behendigkeit ist sie eine der stärksten und ausdauerndsten Frauen Norwegens. Sie ist über ganz Norwegen für ihre Fertigkeit im Schneeschuhlaufen bekannt und hat ihren Mann oft begleitet auf seinen Schneeschuhläufen durch die Täler und Felsen ihres schönen Vaterlandes.

„Er hätte einräumen müssen, daß er mich nicht ein einziges Mal auf dem Punkte gesehen hätte, wo ich mein Ziel aufgab, selbst wenn wir eine 24stündige, ununterbrochene Schneeschuhtour übers Gebirge gemacht hätten!"

Als Verlobte schlossen Nansen und seine Frau die gegenseitige Uebereinkunft, daß jedes von ihnen nach der Hochzeit freibleiben sollte, seine Interessen nach wie vor weiter wahrzunehmen, sie ihren Musikunterricht und er seine Entdeckungsreisen.

Man erzählt auch, daß sie einmal auf eine Frage: wie weit sie wünschen würde, ihren Mann auf seinen Reisen zu begleiten, geantwortet haben soll: Gar nicht und unter keinen Umständen, denn das ist ein Gebiet, welches außer dem Wirkungskreise der Frau liegt.

Später wurde es doch ihr innerlichster Wunsch, der ihr sehr am Herzen lag, daß sie gerne die Gefahren, denen derselbe sich aussetzte, mit ihrem Manne hätte teilen mögen, denn eine Gattin, die ganz in dem Sinne dieses Wortes aufgeht, fühlt sich stets nur an der Seite ihres Gatten auf ihrem rechten Platze.

Sprechsaal.

Fragen.

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

Frage 9805: In der Hoffnung auf ein freundliches Entgegenkommen von Seite geschätzter Leser und Leserinnen dieses Blattes frage ich die Erfahrenen an, ob die Wahl eines unbemittelten Lebensgefährten, die uns zu größter Sparsamkeit nötigt und uns infolgedessen Entbehrungen mancherlei Art auferlegt, die aber auf Grund herzlicher Liebe erfolgte, in der Tat einer Ehe vorzuziehen sei, die aus dem Empfinden reiner Hochachtung und Zuneigung zu einem Wesen erfolgt, dessen pekuniäre Verhältnisse uns den ruhigen Genuß der Annehmlichkeiten des Lebens gestatten. Bieten nicht die beschränkten Mittel vielfach den Anlaß zur stillen Unzufriedenheit und zum Mißmut, welcher das Glücksempfinden trübt und abschwächt? Ist nicht etwas Wahres an dem Wort, welches so entmutigend sagt, daß die gemeinen Sorgen um die Existenz auch der idealsten Liebe den Lebensnerv zu verkümmern vermögen; daß dagegen die Zuneigung sich befestige und wachse, wenn beide Ehegatten sich die Zeit nehmen können, liebenswürdig zu sein, sich liebenswert zu machen und sich genußfähig zu erhalten. Ein offenes Bekennen könnte unendlich viel Gutes bewirken und würde bittere Enttäuschungen verhüten. Für offene Meinungsäußerungen wäre von Herzen dankbar A. M.

Frage 9806: Unser achtjähriger Junge und sein neunjähriges Schwesterchen haben seit einiger Zeit die Gewohnheit angenommen, über alles und jedes zu lachen, auch bei ernsten Sachen, daß mir dadurch schon rechte Ungelegenheiten entstanden sind. Wenn einem Erwachsenen ein Mißgeschick passiert, das von den schlimmsten Folgen sein könnte, so lachen die Kinder aller Warnungen zum Trotz so krankhaft und läppisch, daß man von einer mangelhaften Erziehung spricht und die Mutter verantwortlich macht. Ich habe das einfältige Gebahren schon hart gestraft, was dann immer Tränen absetzt, aber — das Lachen geht nebenher. Ich zerbreche mir den Kopf, wo ich den Grund zu dieser Gewohnheit suchen muß, die schon viel Verdruß gemacht hat. Mein Mann ist so wie so oft Stimmungen unterworfen, wo er das Lachen nicht leiden kann, wo er geärgert ist, wenn er nur im Freien jemand lachen hört. Es ist nicht etwa, daß ihn Sorgen plagen, sondern es sind Launen, die unversehens kommen und auch schnell wieder wechseln. Vielleicht weiß eine erfahrene Mutter mir guten Rat, wie ich dieses Uebel anpacken muß. Ich wäre von Herzen dankbar dafür. Leserin in St. J.

Frage 9807: Ich bin seit einiger Zeit als Logiergast in einem auf der Höhe gelegenen Häuschen, welches zu vermieten oder zu verkaufen ist unter der Hand, da die Eigentümer, ein altes Ehepaar, mehr in die Nähe einer Tochter ziehen möchte. Ich trage mich mit dem Gedanken, das Häuschen zu einer kleinen Familienpension, resp. Ferienheim für Kinder einrichten zu lassen und wollte deshalb die Lokalität genauer kennen lernen. Nun macht mir die Küche Bedenken, da es zu gewissen Zeiten nicht möglich ist, ohne häßlichen Rauch im Herd ein Feuer anzumachen. Das Ehepaar kocht im Winter im Ofen, in dem sie die Glut nicht ausgehen lassen. Im Sommer benutzen sie einen Petrolherd, was mir aber nur ausnahmsweise gefallen würde. Der Kaminfeger, der gerufen worden ist, erklärt, daß nur durch eine Aenderung im Kamin Abhilfe geschaffen werden könne. Da aber die Kosten dieser Aenderung zu meinen Lasten fallen würden, so ist nicht daran zu denken, denn die geringen Mittel, die mir zu Gebote stehen, brauche ich zur Einrichtung und zum Leben, bis ich eine Einnahme habe. Was raten mir Erfahrene in dieser Sache? Es liegt in meinem Interesse, daß die Angelegenheit ganz diskret behandelt wird, deshalb wähle ich diesen Weg, zu einem guten Rat zu gelangen, für welchen ich zum Vorhinein herzlich danke. Leserin in M.

Frage 9808: Kann eine erfahrene Leserin mir ein leichtverständliches, gern zur Veranschaulichung illustriertes, Buch nennen, aus welchem die gymnastischen Uebungen zu ersehen sind, die für junge Mädchen mit schlechter Haltung passen? Auch ich würde gern für beginnende Fettleibigkeit etwas tun in dieser Art, denn mir graut vor der Anwendung von Medikamenten, die zur Entfettungskur angeraten werden.

Frau L. B. in S.

Frage 9809: Bin Angestellte auf einem Bureau und führe daneben die Haushaltung für mich und meine Schwester. Meine Mittagszeit ist so bemessen, daß ich auch das Kochen für uns zwei besorgen kann. Das Putzen sowie das Glätten der Wäsche besorge ich an meinen Freitagen. Die Schwester kann gar nichts mithelfen, da es ihr die Zeit nicht erlaubt. Nun leide ich schon einige Zeit an den Händen, die manchmal im warmen Zimmer ganz steif und kalt werden und Nachts hie und da, wie man sagt, „einschlafen." Der Schmerz in den Händen erstreckt sich nur bis zum Handgelenk. Woher kommt nun dieser Zustand und wie ist dem Uebel abzuhelfen? Ich bin sonst gesund und fühle mich wohl. Auch leide ich nicht an kalten

Füßen, obschon ich baumwollene Strümpfe und nur selten wollene Schuhe trage. Für gütigen Rat wäre dankbar Eine, die der Arbeit nicht aus dem Wege geht!

Frage 9810: Ist man pflichtig, seinem jungen, erst sechzehn Jahre alten Dienstmädchen den vereinbarten Lohn allwöchentlich auszuzahlen? Das Mädchen ist Ausländerin und wie es sagt, bekümmern sich dessen Eltern nicht mehr um sie. Es ermangelt ihm an der allernotwendigsten Wäsche, doch denkt sie nicht daran, sich solche anzuschaffen, sondern wenn sie Geld hat, kauft sie sich den unpassendsten Putz, den sie nicht einmal tragen kann. Das Mädchen ist sehr intelligent und fleißig, aber äußerst eigenwillig und im Punkt richtigen Rechnens einfach unbelehrbar. Ich frage nun an, ob demselben nicht ein Vormund bestellt werden könnte, der den Lohn entgegennähme und der das Mädchen nötigte, ihr Verdientes zusammenzuhalten, resp. es für die unerläßlichen Anschaffungen zu verwenden. Mit dem rechtlichen Schutz eines Vormundes an der Seite würde ich mich gern herbeilassen, den nötigen Vorschuß zu geben, damit das junge Ding zweckentsprechend ausgerüstet werden könnte. Ohne eine gewisse Garantie darf ich das aber nicht wagen. Für gütige Wegleitung von sachkundiger Seite wäre sehr dankbar Eine Leserin.

Frage 9811: Kann ein angenommenes Kind eines sonst kinderlosen Ehepaares als vollberechtigter Erbe auftreten? Mein verstorbener Mann hat verfügt, daß dieser Tochter, die einen sehr unsoliden Mann geheiratet hat, nur der Zinsgenuß ihres Erbteiles zukomme, so lang dieser Mann ein Anrecht an sie habe. Die Ehe ist bis jetzt kinderlos. Jetzt droht der Schwiegersohn, er werde ein Kind adoptieren, dann müsse das Geld unter allen Umständen herausgegeben werden. Ist dem wirklich so? Eine Unerfahrene.

Frage 9812: Was ist von der Fähigkeit Blinder zu halten, den Charakter und das Wesen eines ihm bis dahin gänzlich unbekannten Menschen zu ergründen? Ich habe vor einiger Zeit die Bekanntschaft eines Mannes gemacht, der mich rasch für sich eingenommen hatte, von dem ich nur gutes erfahren und dem ich die Erlaubnis gegeben hatte, meine Eltern zu besuchen und dort um mich anzuhalten. Noch bevor er ging, hatte ich seine Photographie heimgeschickt, damit die Eltern wüßten, mit wem sie es zu tun haben. Er wurde auch sehr gut aufgenommen und erhielt nach Darlegung seiner Verhältnisse die Zusage auf seinen Antrag. Wermut in den Becher der Freude goß nur mein Bruder, der als kleines Kind erblindet, unser Abgott ist. Bei seiner außerordentlichen Intelligenz ist er mit höchstem Feingefühl begabt und er hat ein seltenes Geschick, die ihm nahe kommenden Menschen zu beurteilen. Wir wissen nicht, ob es die Stimme allein ist, die ihn abstößt, oder ob ein anderer, uns Sehenden mangelnder Sinn ihm eine tiefere Menschenkenntnis vermittelt. Genug, er erklärte den Eltern, zu meinem Bewerber kein Zutrauen fassen zu können, sich vielmehr von ihm lebhaft abgestoßen zu fühlen. Er ließ mich beschwören, das Verhältnis wieder zu lösen und mein eigener Herr zu bleiben; ich würde über kurz oder lang unglücklich werden. Mir hat dieser Widerstand bitter weh getan und ich bin vor lauter Beobachten, Prüfen und Suchen nach der Wahrheit ganz wirr. Umsomehr, als ich jetzt selber meine, in der Stimme etwas zu finden, was die Harmonie störe. Dieser Eindruck macht sich jedesmal bei einem Gespräch am Telephon fühlbar, wenn ich meinen Verlobten beim Sprechen nicht auch sehen kann. Ich weiß, daß mein Bruder nicht launisch ist und mich glücklich sehen will und er hat auch keinerlei Vorurteile, aber es will mir auch das Herz brechen bei dem Gedanken, meinen Verlobten aufzugeben und durch ein Mißtrauen so schwer zu kränken, ohne dafür irgend einen greifbaren Grund zu haben. Ich weiß mir keinen Rat und wage es nicht, meine Gedanken einem Bekannten anzuvertrauen. Meine Hoffnung steht daher bei der Frauenzeitung; es werden die Meinungsäußerungen aus dem verehrlichen Leserkreis meine Gedanken abklären, damit ich zu einem bestimmten Entschluß kommen kann. Zum voraus dankt Eine ratbedürftige Leserin.

Frage 9813: Mein jüngster Knabe von 11 Jahren ist seit Jahren brustkrank. Zwei tüchtige Aerzte, denen ich volles Vertrauen schenken kann, machte ich mit den Gewohnheiten meines Mannes bekannt, welche die Schlußfolgerungen der Krankheit geben, da ich selbst eine eiserne Gesundheit besitze. Kürzlich ging mein Mann ohne mein Wissen, auf Anraten eines, nur seines Geldes wegen von charakterschwachen Menschen gefürchteten Mannes, mit dem Knaben zu einem jungen Arzt und dieser stellte ein Attest aus über den Charakter der Krankheit nach blos einmaliger Visite und übergab dieses dem Ratgeber meines Mannes. Dieses Attest soll wahrscheinlich dazu dienen, eine hygieinische Zänkerei, die von den Gerichten als unmotiviert abgewiesen wurde, aufs neue in Szene zu setzen. Ich frage nun: Hat ein Arzt das Recht, ohne Vorwissen der Mutter ein Kind einzig zum Zweck der Ausstellung eines gegen sie gerichteten Befundes, zu untersuchen? Und habe ich das Recht, ohne mit dem Gesetz in Konflikt zu kommen, solchen hier nicht näher zu bezeichnenden Vertreter des seriösen ärztlichen Standes öffentlich zu — empfehlen (!)? — Ich setzte die beiden, meinen Knaben zu Recht behandelnden Aerzte von der rigorosen Handlung ihres jungen Kollegen in Kenntnis. Deren Meinung geht dahin, daß ein solches Attest keinen Wert habe und daß es mir durchaus unbenommen sei, gegen den begangenen Uebergriff Klage zu führen. Alte Abonnentin.

Antworten.

Auf Frage 9752: Ich möchte Ihnen den Rat geben, sich von Ihrem Hausarzt genau ausfragen zu lassen, ob Sie nicht an Blutarmut leiden. Ich habe an mir selbst erfahren, wie sehr die Nerven mitgenommen werden, als Folge dieses Uebels. Während drei Sommern litt ich an hochgradiger Nervendepression und wurde zuerst als herzkrank behandelt; im Winter ging es dann jeweils besser, weil die kalte Temperatur stärkend auf die Nerven wirkt. Letztes Jahr litt ich während acht Monaten an gänzlicher Appetitlosigkeit, so daß die körperliche wie die seelische Kraft bedeutend abnahm und die Mutlosigkeit für mich und meine Umgebung fast unerträglich wurde. Durch geeignete Mittel, die jeder klarsehende Arzt gegen Blutarmut verordnen kann, bin ich seit zwei Monaten wieder bei gutem Appetit und verrichte mit frohem Mut mein Tagewerk, so viel ich wenigstens mit meinen 68 Jahren noch auszurichten vermag. Ich hoffe, die schlimme Zeit kehre nicht wieder. Freilich muß dann ein Aufenthalt in geeigneter Höhenlage die Körperkraft noch stärken, bevor die Sommerhitze eintritt. Auch Ihnen wünscht von Herzen baldige Genesung. Alte Abonnentin.

Auf Frage 9780: Als tüchtigen erfahrenen Magenarzt kann ich Ihnen Dr. C. Bruhin in Bern, Dufourstraße 26, empfehlen. Derselbe hat selbst eine Privatklinik und bin ich von meinem Magenleiden durch seine Behandlung vollständig geheilt. Es soll mich freuen, sollten Sie von dem gräßlichen Leiden befreit werden und werde ich vielleicht durch die Frauenzeitung von gutem Erfolg hören. Eine einstige Leidensgefährtin P. S.

Auf Frage 9791: Wenden Sie sich an die „Kinderwagenfabrik Lenzburg", Adresse genügt, welche auch an Private abgibt. Ich kann aus eigener Erfahrung bezeugen, daß ihre Leiterwagen ungemein solid gebaut sind und nicht übermäßig teuer, in drei bis vier Größen zu haben. H. D.

Auf Frage 9795: Ich habe selbst schon junge Buchhalterinnen angelernt und weiß, wie viel Mühe es braucht, besonders, weil von seiten der jungen Damen gar oft Flatterhaftigkeit vorherrscht und mangelnde peinliche Genauigkeit. Obwohl die allgemein angenommene Dauer von drei Jahren für eine kaufmännische Lehrzeit zu lang ist und dadurch der Prinzipal auf die Kosten seiner Mühe kommen will, so liegt es doch auf der Hand, daß ein Kurs eine gründliche Lehrzeit niemals ersetzen kann, die Zeit ist viel zu kurz, auch wenn ein solcher lange dauert. Das „Kurse liebende Publikum" ist ganz selbst schuld, wenn es oftmals schlechte Erfahrungen macht, es sollte sich jeder selbst sagen, welche Fächer auf der „Schnellbleiche" erlernt werden können und wo dies tatsächlich unmöglich ist; dann wäre auch kein Uebervorteilen von seiten der Kursleiter mehr möglich. H. D.

Auf Frage 9796: Mit Philosophieren richtet man in solchem Fall nichts aus, denn wenn Ihr Mann aus sich selbst heraus nicht die Kraft findet, das zu tun, was er tun sollte, so muß ein gewisser Zwang von außen sich über ihn stellen. Sie müssen mit aller freundlichen Entschiedenheit das Tag für Tag, von Fall zu Fall von ihm kurzerdings verlangen, was die Hausordnung, was die Verhältnisse von ihm fordern, denn Ihr Mann ist in dieser Beziehung nichts anderes als ein großes Kind und als solches müssen Sie ihn nehmen ohne Gewissensbisse oder quälende Gemütsbewegungen, so lange die Notwendigkeit dies gebieterisch verlangt. Ist der letztere Grund beseitigt, dann lassen Sie ihn eben wieder seiner Bequemlichkeit leben. Es gibt in der Ehe Schlimmeres in den Kauf zu nehmen, wie man so sagt. M.

Auf Frage 9796: Ihnen ist schwer zu raten und noch schwerer zu helfen — denn wo die natürliche Galanterie, d. h. die ganz gewöhnliche Rücksichtnahme fehlt, die das robustere Geschlecht (um nicht zu sagen das „stärkere"!) dem Weibe — und ganz besonders seinem Weibe schuldig ist, da fehlt eben jede Grundlage zu einem besseren Aufbau. Ist diese Grundlage nicht angeboren und noch weniger anerzogen, da hat nachher die Frau einen bösen Standpunkt; auch in dieser Hinsicht kann man behaupten, „daß die Kinderstube den Menschen macht." Vielleicht liest mancher stirnrunzelnd diese Zeilen, „solch vornehmer Standpunkt ist mir allerdings in meiner Jugend nicht eingeimpft worden." Diesen Einwurf lasse ich nicht gelten — wie mancher Arbeiter, der mit ähnlichen kleinen Hilfeleistungen seinem Weibe in schlichter Weise seine Liebe beweist, hat er vielleicht eine höhere Bildung? nein, er hat nur Herz und Gemüt genug, um seinen angestammten rohen Egoismus niederzukämpfen. Dort anerkenne ich das „stärkere" Geschlecht, sonst aber nicht. Ihr Fall beweist aufs Neue, daß, mag man auch von uns Frauen sagen, was man will, die Opferwilligkeit doch eine viel größere ist, wenn die Not an Mann kommt — allerdings da wo nicht künstlich der Egoismus gezüchtet worden — auf unserer Seite. Schieben Sie künftig den Egoismus auch etwas vor, selbst auf die Gefahr hin, daß Sie's mit Gewissensskrupeln tun und lehren Sie Ihren Mann in etwas weniger edler Weise als bisher, daß nicht Sie allein bei Ihrem Bunde für's Leben versprochen haben, gute und böse Tage mit einander zu teilen, sondern daß die Teilung vor sich zu gehen habe, indem jedes seinen Anteil auf sich nimmt von den Zeiten, von denen es heißt: „sie gefallen uns nicht." Vielleicht ändert sich dann mit einem Mal der Zustand so, daß ihm künftig die verschiedenen Einschränkungen nicht mehr schlecht bekommen, nur weil er zufällig dem „starken" Geschlecht angehört. Wir pflegen in unserer mundartlich-drastischen Weise zu äußern: wer den Verstand nicht hat, dem muß man ihn eben machen! H. D.

Auf Frage 9796: Es ist ein schlechter Trost, wenn ich Ihnen sage, daß es vielen andern nicht besser geht. Versuchen Sie es, Ihrem Manne die Sache liebevoll und ruhig so vorzustellen, wie Sie dies in die Frauenzeitung geschrieben haben; ist er vernünftig, so wird er sein Unrecht einsehen und sich bessern; gegen Unvernunft und Dummheit werden auch Sie vergeblich kämpfen. Fr. M. in B.

Auf Frage 9797: Es heißt, daß man durch Willenskraft den Schwindel zu besiegen vermöge; wenn aber gleichzeitig eine Arbeit verrichtet werden muß, welche einen Teil der Aufmerksamkeit für sich in Anspruch nimmt, so wird der Erfolg nur gering sein. Das Hochheben der Arme mit Aufwärtssehen und gleichzeitiger Kraftentfaltung der Muskeln beeinflußt das Herz in seiner Tätigkeit so, daß bei vielen der Schwindel unausbleiblich ist. M.

Auf Frage 9797: Diese Art von Schwindel entspringt einem Schwächegefühl, das Sie mit geeigneten Mitteln bekämpfen, nicht einfach niederkämpfen sollten. Eine rationelle allgemeine Kräftigung wäre hier am Platze, sehr häufig hat diese Art Schwäche ihren Sitz im Unterleib, was zu ergründen, allerdings Sache des Arztes wäre. H. D.

Feuilleton.

Ein Sieg.

von M. E. Wilkins.

Die Trauung war auf zwei Uhr angesetzt. Es war schon vier und der Bräutigam war noch nicht erschienen. Die Verwandten, die zum Feste gebeten worden, hatten erst ungeduldig in dem kleinen viereckigen Zimmer gewartet, dann hielten es aber einige nicht mehr aus, sie traten in den Vorgarten, um besser straßauf und ab zu sehen.

Sie sprachen aufgeregt. Schrilles weibliches Schwatzen, in das sich als Unterton ein männlicher Baß mischte, summte um das Häuschen von Mary Caldwell und über den Vorgarten hin. Es war vom zaghaften Flüstern bis zu dieser Stärke angeschwollen, als Hiram Caldwell das Haus verließ, um den Bräutigam zu suchen, um zu erfahren, warum er sich zu seiner eigenen Hochzeit verspätete.

Hiram, der junge Vetter der Braut, war mit hochrotem Gesicht in großer Eile mit seinem Wägelchen davon gefahren. Alle Geladenen gehörten zu der Familie der Thayers oder der Caldwells oder deren Verwandte. Der säumige Bräutigam hieß Lawrence Thayer.

Es war ein wundervoller Sommernachmittag. Warme, milde Luft spielte um das Caldwell'sche Häuschen und war erfüllt von süßem Nelkenduft. Ein großes Beet roter Nelken leuchtete gerade unter dem Fenster hervor, vor dem die altväterliche grüne Bank stand.

Einige der wartenden Frauen und Mädchen pflückten Nelken und rochen daran. Frau Erastus Thayers hatte zwei oder drei in die Taille ihres zimmtbraunen Seidenkleides gesteckt. Sie stand neben dem Gartentor, drehte von Zeit zu Zeit den Kopf um und spähte eifrig die Straße entlang. Die Sonne brannte heiß auf ihre seidenen Schultern und beleuchtete die Krähenfüße an den Augen, aber sie achtete nicht darauf.

„Hat einer was von ihm gesehen?" fragte plötzlich eine Stimme.

„Nein, ich habe schrecklich Angst, es kann ihm was passiert sein."

„O Mutter, was kann nur geschehen sein?" fragte ein junges Mädchen neben ihr und stieß sie mit dem Ellbogen an. Das Mädchen war jung, groß und schlank; sie beugte sich etwas vor, ihre spitzen Ellbogen leuchteten durch den weiten weißen Musselin-Aermel, sie hatte ein hübsches Gesichtchen.

„Still doch, Kind, ich weiß es auch nicht!" antwortete ihre Mutter.

Das Mädchen starrte sie mit hilflosen, weit offenen Augen an.

Da wandte sich die braunseidene Dame plötzlich aufgeregt um: „Er kommt!"

Einer flüsterte das dem andern zu.

„Er kommt!" gings von Mund zu Mund, die Köpfe wurden zusammengesteckt, die ganze Gesellschaft war in Aufregung.

„Es ist nicht Lawrence", sagte enttäuscht eine weibliche Stimme, „es ist niemand als sein Vater mit Hiram."

„Da muß etwas geschehen sein", wiederholte Mrs. Thayer. Das junge Mädchen zitterte und faßte ihrer Mutter Kleid. Hiram Caldwell kam den Weg hinauf gefahren. Verlegen sah er auf all die erwartungsvollen Gesichter. Aber die Aufmerksamkeit konzentrierte sich nicht mehr ausschließlich auf ihn. Hinter ihm saß ein großer weißhaariger Mann, der dann auch zögernd

ausstieg. Während Hiram das Pferd am Zaun festband, ging der Alte auf das Haus zu. Alle sahen ihn an und wagten nicht, ihn anzureden, außer Frau Erastus Thayer. Sie vertrat ihm den Weg, das Braunseidene knisterte.

„Herr Thayer", rief sie, „was ist geschehen. Sagen Sie doch, was ist geschehen?"

„Wo ist Delia?" fragte der alte Mann.

„Sie ist noch in ihrem Zimmer, sie hat sich noch nicht gezeigt. Um Himmelswillen, Herr Thayer, was ist nur geschehen?"

David Thayer schob sie beiseite, ging geradezu mit fahlem, unbeweglichem Gesicht, durchschritt das Wohnzimmer und klopfte am Schlafzimmer an.

Eine zitternde, in schwarze Seide gekleidete Frau öffnete und schrie auf, als sie ihn sah: „O, Herr Thayer, Sie sind's! Was ist geschehen? Wo ist er?" und dabei klammerte sie sich an des Alten Arm.

Eine junge Frau in perlgrauer Seide stand aufrecht und schweigend hinter ihr. Sie hatte eine stattliche, volle Figur und es lag etwas Großzügiges in ihr. Sie stand da, wie ein junger Tannenbaum, der in sich selbst alle nötige Kraft und Sicherheit besitzt. Sie hatte feine und starke Züge und würde hübsch gewesen sein, wenn sie eine reinere Haut gehabt hätte.

Sie sprach nicht, aber sie blickte auf David Thayer. Ihr Mund war fest geschlossen und die Augen starr.

Es befanden sich noch einige andere Frauen in dem kleinen Gemach. „Ich will mit Delia und ihrer Mutter sprechen und brauche keine andern Leute," sagte der Alte schließlich, nachdem er die Anwesenden gemustert hatte.

Die Frauen erschraken und sahen sich gegenseitig an, dann gingen sie hinaus. Der alte Mann schloß die Türe hinter ihnen und wandte sich dann zu Delia.

Ihre Mutter fing an zu weinen: „O, Gott, o, Gott, ich wußte, daß etwas Entsetzliches geschehen ist".

„Delia", fing er an, „ich weiß nicht, was Sie dazu sagen werden. Es ist nicht angenehm für mich, Ihnen das zu berichten. Ich wünsche in diesem Augenblick, daß Lawrence Thayer nicht zu mir gehörte. Aber das macht die Sache nicht besser. Er gehört mir nun einmal und einer muß es Ihnen doch sagen."

„Ach, er ist tot?" fragte die Mutter verzweifelt.

„Nein, er ist nicht tot", antwortete der Alte, „und er ist auch nicht krank. Ich weiß von nichts, das ihm fehlt, ich weiß nur, daß er ein Narr ist. Er will nicht kommen . . . das ist das Ganze".

„Er will nicht kommen", schrie die Mutter; Delia stand steif und starr.

„Nein, er will nicht kommen, seine Mutter und ich haben ihm zugeredet, wie einem lahmen Gaul, aber es half nichts. Seine Mutter stirbt daran. Das ist nur wegen der kleinen Briggs. Sie kennen sie ja. Wär' doch das Mädchen nie hergekommen. Ich sah schon eine Zeit lang, woher der Wind blies, aber ich hätte nie an so etwas gedacht. Ich glaube, es ist ganz plötzlich über ihn gekommen. Ich glaub', er hatte die Absicht, heute Nachmittag herzukommen, aber Olive kam nach Haus, sie sprachen zusammen, ich sah, daß sie weinte. Seine Mutter und ich waren bereit; als er nicht herunter kam, ging Mutter die Treppe hinauf zu seiner Tür. Er hatte sie verschlossen und rief nur, daß er nicht mitkomme. Das war alles, was wir aus ihm herausbringen konnten. Wahrscheinlich hat ihm Olive zugesetzt, sie hatte ganz rote Augen, als sie wieder in den Laden ging. Es gibt keine Entschuldigung für ihn, Delia. Er hat Sie elend behandelt und ich wollte gerne meine rechte Hand abhauen lassen, wenn das nicht geschehen wäre. Das ist alles, was ich sagen kann, und das hilft ja nichts."

Frau Caldwell trat plötzlich auf den Alten zu: „Ja, das will ich meinen, daß er sie elend behandelt hat. Nie in meinem Leben habe ich so etwas gehört. Wenn ich einen Sohn hätte, wie diesen, so würde ich mit keiner Silbe von ihm reden! Dieses Briggsmädel! Gehängt sollte er werden! Wenn Sie und seine Mutter ein wenig Courage gehabt hätten, so hätten Sie ihn mitgebracht. Er ist ein Schurke! Ich möchte nur, er käme mir zwischen die Finger . . . ich . . ."

Delia ergriff den Arm ihrer Mutter. „Mutter, wenn Sie nur ein bischen Vernunft und Gefühl für mich haben, so sprechen Sie nicht so laut. Alle die Leute da draußen können Sie ja hören."

Die Schimpfreden der Mutter flossen mit den Vorstellungen der Tochter zusammen: „Ich möcht's ihm nur zeigen, so was dürfte er nicht tun, ohne bestraft zu werden . . . . Ich . . . " (Fortsetzung folgt.)

Was der Mensch säet . . .

Roman von August Marck.

(Fortsetzung.)

Natürlich seine Stellung im Bureau war er los, und wo würde er eine wiederfinden? . . . An ihr war's, jenes Geld zu schaffen. Aber woher es nehmen? Wen konnte sie um Rat fragen, das hieß doch nur die ganze Geschichte publik machen?

Mit gerungenen Händen ging sie von einem Zimmer ins andere. Eine Stunde verstrich. Sie vermochte nicht, sich zu ermannen. Die Berliner Verwandten bitten? Auf keinen Fall, die würden nur höhnen und sagen: „seht ihr, das ist das Resultat eurer Affenliebe" . . . Und die Zeit war kostbar . . . Stellten sich schon Leute aus dem Geschäft ein, um nach ihm zu forschen? Würde man ihn gewaltsam zurückholen und sie auspfänden?

Sie stand im Eßzimmer am Fenster ohne jeden klaren Gedanken. Unbemerkt von ihr ging Frau Giefke durch, um im Entree zu öffnen. Jetzt zupfte sie Lina am Aermel und hielt ihr eine Karte hin.

„Darf ich ihn rinlassen?"

Frau Hausen zuckte krampfhaft zusammen. Also nun war er da, der Bankdirektor mit der bösen Anklage gegen ihren Walter. Sie fuhr sich mit der Hand an den Kopf, dann las sie die Karte und atmete befreit auf.

„Hans Grobe, Berlin" . . . Sie war noch nicht von Gott und Menschen verlassen, der einzig für sie richtige meldete sich.

„Führen Sie den Herrn in den Salon," bestimmte sie.

Da saß er denn ihr gegenüber, seiner Gewohnheit gemäß auf der Stuhlkante, das gute Gesicht wie immer etwas verlegen.

Er wollte nach ihrem und dem Befinden von Herrn Hausen fragen, sie sah den Abend recht angegriffen aus, Fräulein Sanne, der ging es sicher gut . . .

Sie hielt sich nicht länger. Zu halbem Vertrauen war ihr Innerstes zu sehr aufgewühlt, es hätte auch gar keinen Zweck gehabt; sie sagte ihm alles. Er als Kaufmann würde Rat wissen. War es noch auszugleichen, einigermaßen zu verheimlichen? Sah er ein, ihr Mann war kein gewöhnlicher Verbrecher? Sie verstand ihn . . . . sie . . . Herzzerreißendes Weinen folgte.

Das sogenannte gute Viehchen glich in seiner Gesichtsfarbe gar nicht mehr den Krebsen, blaß, mit runden, erschrockenen Augen, drehte es sein Spazierstöckchen zwischen den Händen.

„Gott, gnädige Frau," brachte er endlich hervor. „Wie ich das alles bedaure. Bemühen Sie sich nur, gefaßt zu bleiben. Ich begreife das eine nicht. Warum machte Herr Hausen in aller Eile nicht noch einen Versuch, sich die verhältnismäßig geringe Summe zu verschaffen? . . . Da fällt mir übrigens ein: an dem Tage, wo Sie den Tanz hier hatten, ist mittags ein großer, blonder Mann bei mir gewesen, der seinen Namen nicht nennen wollte, und es sehr eilig hatte, es ist möglich, er war's. Ich hätt's auch machen können. Oder aber, daß er sich nicht seinem Chef decouvrierte, wo er fünf Jahre im Geschäft war und nie Unregelmäßigkeiten vorkamen. Es ist jetzt natürlich auch die Hauptsache, wie sich der Direktor dazu stellt. Hier zur Nachfrage war wohl noch keiner?"

Er sprach aus, was sich Lina in einem Chaos von erregten Gedanken als Klarheit selbst zurecht legte, und weil er so besonders ruhig und verständig war, mußte das auf ihren ganzen Zustand tröstend einwirken.

„Sie meinen auch, daß sie nicht gleich einen Steckbrief erlassen, oder mich hier auspfänden?" fragte sie zuversichtlicher.

Er mußte trotz der eigenen Bestürzung lächeln.

„So schnell geht es nicht," entgegnete er und drückte ihre kalten Finger herzlich. „Sie werden gestern und heute nun erst die Bücher alle gründlich durchgehen, ob da nicht irgend ein Fehler beim Eintragen gemacht ist. Außerordentlich verbruddelt hat Hausen natürlich die Sache durch sein planloses Fortreisen . . . Was sollen sie dazu im Bureau denken?"

Sie erzählte ihm nun noch ausführlicher, wie es kam. Von seinen beiden zu Wasser gewordenen Erwartungen, die schließlich Schuld trugen, auch von dem kleinen Lotteriegewinn, der ihn in der Hoffnung auf den großen nur noch bestärkte.

Grobe erhob abwehrend die Hand.

„Montag war der Ziehungstag. Das große Los kam nach der polnischen Grenze."

Er fühlte sich bei seinen 25 Jahren geehrt durch dies unbedingte Vertrauen, daß er sein Bestes tun würde, fand er selbstverständlich. Ohne, wie sonst, seine blonden Schnurrbartspitzen zu malträtieren — sie wuchsen so schlecht — setzte er Lina bündig und geschäftsmäßig auseinander, was geschehen mußte.

Vor allen Dingen fuhr er zur Reichsbank und entnahm dort seinem kleinem Depot die fatalen tausend Mark, um Herrn Hausens Kasse in Ordnung zu bringen, beim Chef würde hoffentlich die dringende Bitte wegen Diskretion nicht ohne Erfolg bleiben.

Dann war es ferner wichtig, Hausen baldigst nach Berlin zurückzubringen.

Sollte er vielleicht rüberfahren nach W. und versuchen, ihn dort abzufassen oder wollte sie's?

Die geängstigte Frau war grenzenlos dankbar. Ein Teil der Sorge fiel von ihren Schultern: wenn Grobe reisen wollte, wäre Walter nicht mehr so allein.

Viel Zeit konnte Hans Grobe sich nun nicht lassen, jede Minute rechnete. Und mit Fräulein Sanne, ahnte sie es schon, wie stellte sie sich dazu?"

Frau Lina fuhr erschreckt hoch, als hätte es neben ihr eingeschlagen. Zum erstenmal, seitdem sie das Furchtbare wußte, kam es in ihren Sinn, daß dies Vorkommnis die Zukunft ihres Kindes eventuell ganz umstempelte, denn, würden jene Leute die Motive von Hausens Handlung einsehen und sie als Entschuldigung gelten lassen? Bei ihnen blieb er wohl der Kassendefraudant, vor dessen Tochter sich die Tür ihres stolzen Hauses verschloß . . . Und wie machte man ein komplettes Geheimhalten möglich?

Als sie dann den Bankbeamten vor sich sah, den zuverlässigen Menschen mit den guten Augen, der ihre Suse wahrhaft liebte, fragte sie sich auch: zählt diese eventuelle Folgerung der Sache unter das Unglück? Für sie, die Mutter kaum . . . Zwar, wiederum Sannes Leidenschaft für den andern . . .

Hoffnung konnte sie daraufhin Grobe nicht machen Sie sagte es ihm offen. Er schüttelte auch selbst den Kopf.

„Frau Hausen, ich weiß, woran ich bin, ich bitte Sie inständigst, nicht annehmen zu wollen, daß noch irgend etwas wie Spekulation bei mir mitspricht, wenn ich Ihnen einige kleine Dienste erweise . . . denken Sie, das andere wäre nie dagewesen . . . Wenn man Herrn von Heise sieht, kann man sich über Fräulein Sannes Wahl nicht wundern. Es wär wohl übermenschlich, tät ich seinetwegen, oder um Ihrer Tochter willen, die mich im besten Fall immer auslachte, diese — diese — Gefälligkeiten. Es ist um Sie und" — nach einem Weilchen, wo die Schnurrbartspitzen doch wieder herhalten mußten, — um Ihren Herrn Gemahl. Ich muß laufen, die Zeit ist unendlich kostbar. Wenn er mir nur nicht inzwischen fort ist nach Paris. Sie bekommen über den Erfolg meiner heutigen Mission von hier aus eine Rohrpost, natürlich von unterwegs weiteren Bescheid. Halten Sie nur den Mut aufrecht, auch für Ihren Mann mit. Was soll ich ihm bestellen?"

Natürlich, daß sie nichts zu verzeihen hätte. Der Fehler, der begangen wurde, lag weiter zurück, sie war darin genau so anzuklagen wie er, dies war nur die Konsequenz.

Lina küßte den Sendboten aus vollem Herzen, als wäre er ihr Sohn.

Durch diese Güte einmal wieder recht in Verlegenheit gesetzt, stolperte er beinahe noch auf dem halbdunklen Korridor. Ganz dicht vor der Salontür kniete nämlich Frau Giefke und beschäftigte sich emsigst mit dem Scheuerlappen.

Lina Hausen atmete erleichtert auf. Es geschah doch nun das Menschenmögliche und Rechte. Am Nachmittag wurde sie durch die verwaisten Mädchen von unten in Anspruch genommen und wohltätig abgelenkt. Sanne beschloß sie vorläufig noch uneingeweiht zu lassen. Warum sollte sein Kind das Schlimme vom Vater eher wissen, als unumgänglich notwendig war, und ließ sich eine vollständige Verheimlichung bewerkstelligen, mochte sie ihr Lebtag im Glauben der Geschäftsreise bleiben.

(Fortsetzung folgt.)

MILKA
VELMA
NOISETTINE
SUCHARD's
BELIEBTE ESS-CHOCOLADEN.

Buchdruckerei Merkur, St. Gallen.

Versöhnung.

Tropft ein Goldgeriesel
Hell auf Korn und Dorn.
Geh nicht unter, Sonne,
Ueber meinem Zorn!
Glücklos hat der Abend
Sich auf mich gesenkt.
Reut es dich im Innern,
Daß du mich gekränkt?
Ob jetzt deine Augen
Auch voll Tränen steh'n?
Ob wohl unsere Seelen
Zu einander geh'n?
Oder legt der Trotz dir
Starre Fesseln an,
Daß dein Herz den Frieden
Nicht genießen kann?
Sieh, so bist du ärmer,
Und es dauert mich,
Daß dir ohne Güte
Dieser Tag entwich.
Wie der rote Abend
Tag und Nacht versöhnt
Und mit heil'gen Sternen
Ihre Stirnen krönt —
Wie im Abendleuchten
Tag und Nacht sich küßt,
Sei mir deine Seele
Nun in Gott gegrüßt!
Lebt doch meines Lebens
Bestes Teil in dir,
Und ich wünsch' dir Frieden,
Frieden so wie mir.
Lischt das Goldgeriesel
Ueber Korn und Dorn,
Löscht die letzte Sonne
Meinen letzten Zorn.

Irene Forbes-Mosse.

Briefkasten der Redaktion.

Eifrige Leserin in L. Um mit einem neuen Präparate durchzudringen, sind bedeutende Mittel erforderlich. Ein zwei- bis dreimaliges Publizieren eines neuen Artikels, der von Anfang an mit einer alt eingelebten gewaltigen Konkurrenz zu rechnen hat, ist ganz erfolglos. Weltgeschäfte, welche auf dem Markt ihre führende Stellung behalten wollen, wenden oft bei einer einzigen Zeitung tausende von Franken auf, denn die Erfahrung hat sie gelehrt, daß die stets wache Konkurrenz sich einen Unterbruch sofort zu Nutzen macht. Wenn Sie also zum Zweck der Publizität nicht bedeutende Mittel zu verausgaben haben, so ziehen Sie größeren Nutzen, wenn Sie Ihre Erfindung einem großen Hause verkaufen.

Frau E. B. in C. Natürlich können Sie auf ein ärztliches Gutachten hin Ihr Töchterchen für das nächste Schuljahr von den Handarbeitsstunden dispensieren lassen, doch wird es kaum angehen, daß diese aus Gesundheitsrücksichten von der Schule gewährten Freistunden dem Privatmusikunterricht zugeteilt werden

Bei dieser Jahreszeit
treten Husten, Halsweh, Heiserkeit, Rachenkatarrh in fast allen Familien auf. Eines der besten Mittel sind die **Wybert Tabletten** der Goldenen Apotheke in Basel.
314] In allen Apotheken. Fr. 1.—.

492] Bei **Lungen- und Halsleiden** verordnen die meisten Professoren und Aerzte jetzt nur noch Dr. Fehrlins Histosan, weil es in den berühmten Kurorten Davos, Arosa, Leysin, in vielen deutschen Heilstätten und in Bozen, Meran, Abbazia usw. als das zuverlässigste Mittel bei allen Erkrankungen der Atmungsorgane erkannt worden ist und seither auch in den meisten Krankenhäusern und Kinderspitälern in ständigen Gebrauch gekommen ist. Histosan ist nirgends offen nach Maß oder Gewicht, sondern nur in Originalflaschen zum Preise von Fr. 4.— in den Apotheken vorrätig. Wo es nicht erhältlich ist, wende man sich an die Histosan-Fabrik Rheinquai 74, Schaffhausen.

Zur gefl. Beachtung.

Inserate, welche in der laufenden Wochennummer erscheinen sollen, müssen spätestens je Mittwoch vormittag in unserer Hand liegen.

Für eine ganz zuverlässige und selbständige **Herrschaftsköchin** *ist in kleiner, feiner Schweizerfamilie in Mailand gutbezahlte, angenehme Stelle offen. Im Sommer bestimmte Ferien. Offerten unter Chiffre* **Köchin 594** *befördert die Expedition.*

Eine **Tochter** *gesetzten Alters oder eine rüstige* **Witwe,** *welche einen feinen Haushalt zu besorgen und zu leiten versteht und auch in den Handarbeiten tüchtig ist, findet Engagement in feinem Hause. Die Betreffende muss befähigt sein, in Abwesenheit der Hausfrau die Verantwortung zu übernehmen, zu servieren und die Zimmerarbeit zu besorgen. Ebenso gehört es zu ihren Obliegenheiten, das Hausmädchen in seinen Arbeiten anzuleiten und für richtige Ausführung derselben zu sorgen. Es ist ein Vertrauensposten, der nur einer durchaus vertrauenswürdigen Persönlichkeit zugeteilt werden kann. Bei entsprechenden Leistungen sehr gute Honorierung. Offerten unter Chiffre* **R 606** *befördert die Expedition.*

Wo fände sich noch ein williges **Dienstmädchen,** *das einer geplagten Hausfrau mit 4 Kindern die Last erleichtern würde? Ein Waisenmädchen, doch nicht unter 18 Jahren, fände in betr. Familie ein Heim. Eintritt anfangs Mai.*
Offerten befördert die Expedition der Frauen-Zeitung unter Chiffre **K 610.**

Fräulein
(St. Gallerin) der deutschen, franz. und engl. Sprache vollkommen mächtig, **sucht Stelle** in einem **Laden** oder **Bureau** von **St. Gallen.** Erstklassige Referenzen und Zeugnisse. Gefl. Off. unter Chiffre **Hc 2450 M** an **Haasenstein & Vogler, Montreux.** [628

Heirat.

604] ***Beamter, Vierziger (Zürcher) mit Barvermögen und Pensionsberechtigung sucht sich mit häuslich erzogener Tochter oder Witwe mit schöner Erscheinung und nicht unter 30 Jahren zu verehelichen. Vermögen Nebensache. Gefl. Off. mit Bild unter Chiffre W H 1858 an die Expedition erbeten. Nichtpassendes sofort zurück.***

Für 6.50 Franken
versenden franko gegen Nachnahme
btto. 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen
(ca. 60—70 leichtbeschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [362
Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.

Reine, frische Einsied-Butter
liefert gut und billig [529
Otto Amstad in Beckenried, Unterwalden.
„Otto" ist für die Adresse notwendig.

In jeder Confiserie und besseren Kolonialwarenhandlung erhältlich.
CHOCOLATS FINS DE VILLARS
359
Die von Kennern bevorzugte Marke.

1425 Meter ü. M. Saison 1. Juni bis 30. Septbr. **Schimberg-Bad.** Alpenluftkurort bei Luzern (Schweiz)
513] Hotel mit 160 Betten. **Ausgedehnte** Waldungen und **aussichtsreiche** Lage. Eigene Alp mit Milchwirtschaft. Gesellige Unterhaltungen. **Stärkste** alkalische Natrium-Schwefelquelle der Schweiz. Kräftige Stahlquelle. **Ausserordentliche Erfolge** bei chronischen Krankheiten der Verdauungs-, Atmungs- u. Ausscheidungsorgane, bei Diabetes, Gallensteinen, Blutarmut, Nervosität, Asthma, Gicht, Fettsucht, Hautkrankheiten und Rekonvaleszenz. Terrainkuren. — **Kurarzt** im Hotel. Neue **Badeinrichtung,** Inhalatorium, Nasendouchen. — Mässige Pensionspreise.
Prospekt gratis. **Familie Genelin,** Besitzer.

Töchter-Pensionat Ray-Moser
in Fiez bei Grandson
Gegründet 1870.
453] könnte nach Ostern wieder neue Zöglinge zur Erlernung der französ. Sprache aufnehmen. Gründlicher Unterricht. Familienleben. Ermässigte Preise. Musik, Englisch, Italienisch, Malen. Beste Referenzen und Prospekte zu Diensten. Für nähere Auskunft wende man sich an
(Sch 1616 Q) **Mme. Ray-Moser.**

Kurhaus Passugg 3/4 Std. ob Chur 829 M. üb. M. Schweiz
Komfortables Hotel mit 175 Betten. Eröffnung 1. Mai. Angenehmster Frühjahrs-Aufenthalt. Elektr. Zimmerheizung. — Pension inkl. Zimmer von Fr. 8.— an. Reduzierte Preise in der Vor- und Nachsaison.
Kurmittel: **Vorzügl. stark alkalische** und milde **Natron-** und **Eisensäuerlinge.** Eine **Jodquelle** mit hohem Natrongehalt. **Stahl-, Sool-** u. **Kohlensäurebäder,** modern eingerichtete **Hydrotherapie.** Terrainkuren. Elektr. Vier-Zellen-Bad; elektrisches Glühlichtbad. [558
Indikationen: **Chron. u. subakuter Magen- und Darmkatarrh, Gallensteine, Leber-, Nieren- und Blasenleiden; allgemeine Schwäche, Bleichsucht und Blutarmut, Zuckerharnruhr, Fettleibigkeit, Gicht; Herzmuskelaffektionen, Neurasthenie; Folgen der Tropenkrankheiten; Nikotin und Alkoholmissbrauch, Drüsenleiden, Kropfbildung, Skrofulose, Verkalkung der Adern; Glaskörpertrübungen. — Kurgemässe Küche. Kurtisch für Diabetiker und Magenkranke.**
Prachtvolle, staubfreie Lage, 5 Minuten von der wildromantischen Rabiusaschlucht entfernt. Neue **windgeschützte** Wandelbahn. Ausgedehnte, ebene Weganlagen im nahen Wald.
Prospekte und nähere Auskunft durch
Kurarzt: **Dr. Scarpatetti.** Die Direktion: **A. Brenn.**

Ecole professionelle communale
de jeunes filles. Neuchâtel.
Les cours suivants s'ouvriront le **jeudi 23 avril** à 8 heures du matin:
Cours professionnels de **Confection, Broderie** et **Repassage.**
Cours restreints de **Confection, Lingerie à la main,** et **Raccommodage.** (H 3272 N) [627
Cours restreint de **Dessin décoratif.**
Classe d'apprentissage de lingerie, 48 heures par semaine.
Pour renseignements, programmes et inscriptions s'adresser à Madame **Légeret,** directrice.
Inscriptions le mercredi 22 Avril de 9 heures du matin à midi, au Nouveau Collège des Terreaux, salle No. 6. **Commission scolaire.**

639] ***Den tit. Interessentinnen für Inserat J J M 603 diene zur Nachricht, dass das Gesuch bereits erledigt ist.***

Für eine **tüchtige, selbständige Köchin** *ist in einem guten Gasthaus der* **Innerschweiz angenehme Stelle** *offen bei* **sehr guter Bezahlung.** *Nötigenfalls wird eine Aushilfskraft beigegeben. Verlangt wird eine wirklich gute, bürgerliche Küche. Offerten unter Chiffre* **A 585** *befördert die Expedit.*

Für eine nette **Saaltochter,** *die im Service gewandt, französ. spricht und wenn mögl musikalisch ist, findet sich auf Anfang Juni gute Stelle in einem guten Hotel der Innerschweiz. Offerten von Fräulein, die auf eine solche Gelegenheit reflektieren, befördert die Expedition unter Chiffre* **„Saaltochter".** *Zeugnisse od. Empfehlungen achtbarer Persönlichkeiten sind notwendig.* [638

Tochter aus achtbarer Familie findet Volontairs-Stelle im
640] ***Hotel Storchen, Herisau.***

Für ein anständiges und kräftiges junges **Mädchen,** *dessen Aufgabe es ist, in einem aufs bequemste eingerichteten Herrschaftshause die Ordnung in der Küche, im Esszimmer, in Korridor und Treppenhaus aufrecht zu erhalten, ist sehr gute Stelle offen. Die beiden Hauptmahlzeiten werden ausser dem Hause gekocht und hat die Betreffende sich also nur mit dem Frühstück u. dem Nachmittagsimbiss zu befassen. Sehr geregelte Arbeits- und Freizeit. Gute Bezahlung und Behandlung. Gute Empfehlungen oder solche Zeugnisse sind notwendig.*
Offerten unter Chiffre **M 607** *befördert die Expedition.*

Aus Altersrücksichten
584] *In einem sehr betriebsamen und schönen st. gallischen Ort — beliebte Kurstation — mit lebhaftem Bahnverkehr, ist aus Altersrücksichten ein zu verschiedenen Zwecken dienliches* **Haus** *zu verkaufen oder ganz oder teilweise zu verpachten mit samt dem seit mehreren Jahren in gutem Betrieb stehenden Geschäft (Damenartikel). Familien, die aus Gesundheitsrücksichten in einer schönen Gegend leben und dabei eine angenehme Existenz gründen möchten durch das Halten von Pensionären für den Sommer oder fürs ganze Jahr, fänden hier einen zusagenden Wirkungskreis. Sollte für einen Mann ebenfalls Betätigung gewünscht werden, so liesse sich auch ein solches Arrangement kombinieren. Das Haus ist mit den nötigen Bequemlichkeiten versehen und wäre auch ein teilweise möbliertes Ueberlassen nicht ausgeschlossen. Gefl. Offerten von wirklich seriösen und solvablen Persönlichkeiten sind unter Chiffre* **D 584** *an die Expedition zur Beförderung erbeten.*

Schweizer Bienenhonig
garantiert prima Qualität
554] versendet so lange Vorrat à **Fr. 1.90** per kg gegen Nachnahme
G. Weder, Bienenzüchter
(O 231 N) **Neuchâtel.**

dürfen. Ein elfjähriges Kind, dessen Nervenverfassung dem Handarbeitsunterricht nicht gewachsen ist, erträgt noch viel weniger ohne empfindlichen Schaden soviel Musik- und Uebungsstunden. Und wenn Sie dem Arzt sagen, daß die durch sein Gutachten zu schaffenden schulfreien Stunden der Musik dienstbar gemacht werden sollen, so wird er die Mission ablehnen. Suchen Sie mit der Mutter eines sogen. Wunderkindes zu sprechen und Ihr Eifer wird sich völlig abkühlen, denn gerade auf diesem Gebiet überwiegen die Enttäuschungen die Erfolge.

Fortsetzung des Sprechsaals.

Auf Frage 9797: Gegen Gehirnanämie hilft ziemlich schnell das gleiche Verfahren, das bei Blutarmut überhaupt guten Erfolg hat. Also lockere Kleidungsstücke, viel frische Luft und kräftige, reichliche Ernährung. Wenn Sie jeden Morgen zum Frühstück zwei weiche Eier essen, werden Sie nach kurzer Zeit den ganzen Vormittag keinen Schwindel mehr haben, und es kommt Sie dies viel billiger als irgend eine Kur. Fr. M. in B.

Auf Frage 9798: Solche staatliche Anstalten existieren noch nicht, doch ist es möglich, daß sich die nächste Generation dieser Segnung erfreuen wird. M.

Auf Frage 9798: Staatliche Anstalten gibt es nicht zur Erziehung von 14jährigen Knaben, wohl aber private Institute aller Art und mit sehr verschiedenen Preisen und auch solche, die von gemeinnützigen Vereinen unterstützt werden, dann aber mehr den abnormen und wirtschaftlich Schwachen dienen. Am besten wird der Knabe in der Familie oder beim Lehrmeister erzogen. Fr. M. in B.

Auf Frage 9799: Daß Gitzi-Fleisch sich so lange gut erhält, scheint mir unmöglich, es fällt zu rasch dem Verderben anheim und wirkt dann leicht gefährlich auf die Gesundheit. Acht Tage es zu halten in einer Beitze mag noch angehen, für länger müßte man dieselbe so stark machen, daß darüber der eigenartige Geschmack des Fleisches total verloren ginge. H. D.

Auf Frage 9799: Sie können jede Sorte von Fleisch in großen Gläsern sterilisieren lassen, da Ihnen selbst die Prozedur unbekannt zu sein scheint. Es muß alles Fleisch eine gewisse Konsistenz (Reife) besitzen, ehe es sich zum Verspeisen eignet. X.

GALACTINA
Alpen-Milch-Mehl
Beste Kinder-Nahrung.
Die Büchse **Fr. 1. 30.** [352

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

Auf Frage 9799: Sie haben wohl noch nie Spanferkel oder ein junges Kaninchen gegessen. Kälber nehmen sehr rasch an Gewicht zu; man schlachtet sie daher in der Regel nur dann sehr jung, wenn sie in irgend einer Art krank sind. Das ganz junge Fleisch ist weniger konsistent als das alte, und daher dem Verderben leichter ausgesetzt. Ich denke nicht, daß Sie Gitzi-Fleisch 14 Tage aufbewahren können, ohne dasselbe ganz einfrieren zu lassen, wozu es komplizierter Maschinen bedarf. Fr. M. in B.

Frühlingssaison im Berner Oberland.

637] Zum erstenmal seit ihrem Bestehen hat heuer die Beatenbergbahn den Betrieb auf 1. April eröffnet. Es steht diese Neuerung im engen Zusammenhang mit dem Aufschwung, welchen die Kurorte des außerordentlich milden Thunerseeufers, namentlich Oberhofen und Hilterfingen, aber auch Thun, Merligen und Gunten, als Frühlingsstationen zu verzeichnen haben. Beatenberg gehört trotz seiner höheren Lage ebenfalls in diese Reihe. — Mit dem 1. April hat aber auch der regere Dampferverkehr auf Thuner- und Brienzersee begonnen, einzelne Kurse sind frisch eingeschaltet, andere, die im Winter nur Teilkurse waren, figurieren jetzt als Ganzkurse. Auch die Beatushöhlen, die im März bereits an Sonntagen geöffnet waren, werden nunmehr dem Publikum wieder täglich zugänglich sein. Prospekte dieser Orte versendet das Oberländische Verkehrsbureau in Interlaken auf Wunsch gratis.

Henckell & Roths [436

Lenzburger Confitüren

Lenzburger Confitüren ersetzen das mangelnde Obst, sind ein gesundes Nahrungs- und Genussmittel.
Lenzburger Confitüren sind aus besten frischen Früchten hergestellt, gehören auf jeden Frühstückstisch.
Lenzburger Confitüren sind die besten, die es gibt.

von **Johannisbeeren**, **Zwetschgen**, **Erdbeeren**, **Himbeeren**, **Kirschen**, **Aprikosen**, **Heidelbeeren**, **Wachholder**, **Stachelbeeren**, **Aepfeln** etc. etc. sind in Eimern u. Kochtöpfen à 5, 10 und 25 Kilo und in **Patentflacons** à ½ Kilo Inhalt

in jedem besseren Lebensmittelgeschäfte zu haben.

Beliebte, praktische Packung für Familien:

Eimer à 5 Kilo.

Institut Jomini
Guillermaux
Payerne, Waadt
Gegr. 1867. Neues Gebäude seit 1907.

Berühmtes Institut zur Vorbereitung für **Bank, Handel** u. **Industrie,** sowie auf den **Post-, Eisenbahn-, Telegraphen-** und **Zoll-Dienst. Seit 1891 allein** sind schon **290 Bundesbeamte u. 482 andere Angestellte** aus dieser Lehranstalt hervorgegangen. [608

Rasches Erlernen des Französischen, Englischen und Italienischen, d. Musik. Grosse Gärten, Park und Spielplätze (25,000 m²). Sehr mässige Preise. Man verlange Prospekte.

Töchter-Pensionat
Boudry-Neuchâtel.

583] Infolge Aenderung können **nur 5 Töchter** Aufnahme finden. Es werden nur Pensionärinnen für wenigstens 1 Jahr angenommen à Fr. 75.— per Monat. **Französisch-Unterricht inbegriffen.** Musik. Englisch. Malstunden fakult. Schöne Lage. Grosser Garten. Elektrizität. Zentralheizg., Prospekte und Referenzen. **Mlle. E. Mader.**

Sehr hoher Verdienst

für tüchtige Verkäufer, auch **Damen,** welche Privatkundschaft und speziell **religiöse** Kreise besuchen. Gefl. Offerten unter **H 3182 N** an [598
Haasenstein & Vogler, Bern.

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

Ouverture de l'année scolaire 1908—1909 le **jeudi 23 Avril,** à 8 heure du matin. **Inscriptions** le **mercredi 22 Avril,** à 2 heures, au **Nouveau Collège des Terreaux.** — Pour renseignements et programmes s'adresser au directeur de l'école (H 3273 N) [626
Dr. J. Paris.

Institut Dumartheray in Moudon (Waadt)
515] nimmt dieses Jahr wieder einige
Jünglinge
auf, welche die **italienische Sprache** zu erlernen wünschen und sich in der **französischen Sprache** vervollkommnen wollen, sowie für Vorbereitung auf die eidgen. Examen: **Post, Telegraph, Bahnen etc.**
Für Auskunft, Prospekte etc. wende man sich gefl. an den Direktor:
(O. F. 322) **H. Dumartheray,** instituteur.

Töchter-Pensionat
von **Mesdames Daulte**
Neuveville bei Neuchâtel
609] gegründet 1886 (H 3252 N)
Beste Referenzen und Prospekte zu Diensten.

Pension für junge Mädchen
Mme. et Mlles. Junod, St-Croix (Vaud).
523] Gründliche Erlernung der französischen Sprache. Näh- und Zuschneidekurs durch geprüfte Lehrerin. — Handarbeiten. — Piano. — Haushaltung. Preis **Fr. 75.**— per Monat, alle Stunden inbegriffen. Prospekte und Referenzen. Auf Wunsch: Englisch, Malen, Violin und Gesang. (H 20,828 L)

Knaben-Institut Handelsschule
Clos-Rousseau, Cressier, b. Neuenburg.
Pensionspreis 1200 Fr. Jährlich.
Gegründet 1859. (1685 S) [527 Direktor: **N. Quinche,** Besitzer.

348]

Für Braut!
625] empfehle 2 gute, **neue Rosshaarbetten** à Fr. 150.—, 2 gute, **neue Betten mit Patentmatratzen** à Fr. 115.—.
Frau Schäfler-Wick
Bettmacherin, **Scheffelstrasse 16**
beim Schützengarten
St. Gallen.

CHRONISCHE KATARRHE
HUSTEN
BRONCHITIS
werden gründlich geheilt durch die
SOLUTION PAUTAUBERGE
Das wirksamste Mittel gegen alle
Krankheiten der Lunge und der Luftwege.
Preis für die Schweiz Fr. 3.50 die Flasche.
L. PAUTAUBERGE
COURBEVOIE près PARIS
u. Apotheken.

Die Blutarmut und ihre Behandlung.

Das moderne Leben mit seinen starken Anforderungen an unsere körperlichen und geistigen Kräfte macht sich durch eine starke Ueberreizung der Nerven und durch eine Schwächung der gesamten körperlichen Konstitution bemerkbar. Wie selten sieht man jetzt noch so recht gesundheitstrotzende Gestalten mit blühenden Wangen! (A 3241 K) [612

Die blasse Gesichtsfarbe ist nur ein äusseres Zeichen der Blutarmut. Es können sich dahinter andere schwere Erkrankungen verstecken. Mitunter verbirgt sich unter den Erscheinungen einer einfachen Bleichsucht eine schleichende Tuberkulose, die nur durch eine rechtzeitige Behandlung zur Heilung gebracht werden kann. Auch bei der Skrofulose fällt uns eine blasse Färbung der Haut und der Schleimhäute ins Auge, und in vielen Fällen ist die Blutarmut eine Folge einer chronischen Nierenentzündung oder Herzkrankheit. Häufig entwickelt sie sich auf dem Boden von überstandenen Infektionskrankheiten. Auch grosse Blutverluste sind oft die Ursache einer auftretenden Blutarmut. Stets handelt es sich um eine Herabsetzung des Blutgehaltes mit allen ihren Folgen. Der Puls ist schwach, es tritt eine starke Schlafsucht ein; man fühlt sich schwach und untauglich zu allen schwereren Arbeiten. Es ist kein Wunder, dass blutarme Eltern auch nur schwächliche Kinder in die Welt setzen können, die zu allen möglichen Erkrankungen leicht neigen und oft als wirklich bedauernswerte Geschöpfe heranwachsen, die nicht imstande sind, den harten Kampf mit dem Leben aufzunehmen. —

Die Bedeutung, die das Eisen für die menschliche Ernährung hat, ist eine recht vielseitige, und es besteht für uns die Pflicht, täglich durch Zufuhr einer entsprechenden Nahrung dafür zu sorgen, dass der Eisenbestand unseres Organismus nicht verarmt. Ist es aber einmal erst zum Auftreten der Blutarmut gekommen, so muss man künstliche Blutpräparate anwenden, um die zur Wiederherstellung der normalen Blutbeschaffenheit erforderlichen Eisenmengen dem Körper zuführen zu können. Unter den vielen Eisenpräparaten, die in der letzten Zeit auf den Markt gekommen sind, zeichnet sich

Sanguisat „Richter"

durch seine hervorragende **blutbildende** Eigenschaft, seine **appetiterregende, verdauungsbefördernde** Wirkung und seinen **äusserst angenehmen** Geschmack aus. Es hat sich bei **Blutarmut, Bleichsucht, Nervosität, Schwächezuständen, Appetitlosigkeit** vorzüglich bewährt.

Nach kurzem Gebrauch steigert sich die Esslust, es schwindet die krankhafte Schwäche und das Allgemeinbefinden bessert sich zusehends. Daher ist **Sanguisat „Richter"** jedem zu empfehlen, der seine Blutbeschaffenheit verbessern und seinen Nerven die alte Widerstandsfähigkeit und Elastizität wiedergeben will.

Mit neuen Kräften wird er dann imstande sein, den Kampf mit dem Leben aufzunehmen und seine berufliche Tätigkeit wird ihm mit dem Wachsen seiner Energie nicht nur Erfolg bringen, sondern auch die richtige Lebensfreude wieder erwachen lassen.

„Sanguisat Richter" ist in den Apotheken erhältlich, wo nicht, direkt durch das General-Depot **„Apotheke Richter"**, Kreuzlingen. Preis per Flasche Fr. 3.75.

Alleinige Fabrikanten:
C. Richter & Co.
chem.-pharmac. Laboratorium,
Kreuzlingen, Schweiz.

Schönheit!

635] Zartes, reines Gesicht, jugendfrisches Aussehen erzielen Sie bei Anwendung meines Mittels, welches von jedermann selbst hergestellt werden kann. Rezept und genaue Anleitung Fr. **1.70** zu beziehen von

S. Langenegger, Rüti-Riggisberg (Bern).

403]

A. Grey, Herisau

Spezialgeschäft feiner Appenzeller Handstickerei, Einsticken von Monogrammen in Taschentücher, Bett- und Tischwäsche. Tadellose Stickerei. Hohlsäume. Reichhaltiges Dessinmaterial. Musterhefte zur Verfügung. Lieferung von glatter Leinen, Halbleinen u. reinleinene Taschentücher nur Ia Qualität. (B 11,705)

526]

[394

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

Zum mindesten

25 Prozent billiger

als durch Reisende bezogen, können Sie jetzt bei dem eingeführten Rabatt-System Ihren Bedarf in Tuchwaren vom einfachsten bis hochfeinsten Genre für Herren- u. Knabenkleider, Damenkleider, Jaquettes, Mäntel etc. decken durch das [589

Tuchversandhaus Müller-Mossman, Schaffhausen.

Muster franko.

Institut für Zurückgebliebene

E. Hasenfratz 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.

361] (Za G 22)

Thurgauer Moste und Säfte

452] in nur prima Qualitäten empfiehlt als vorzüglichstes Familiengetränk

Mosterei-Genossenschaft Egnach.

Billigste Tagespreise. Leihgebinde gratis von 80 Liter an zur Verfügung.

Obsttresterbranntwein garantiert reell.

Druckarbeiten jeder Art

in einfachster und feinster Ausführung

Buchdruckerei Merkur, St. Gallen.

Für Mädchen u. Frauen!

634] Verlangen Sie bei Ausbleiben und sonstigen Störungen bestimmter Vorgänge **Gratis**-Prospekt oder direkt unser neues, unschädliches, ärztlich empfohlenes sehr erfolgreiches Mittel à Fr. **4.—**. (Za 1913 g)

Garantiert grösste **Diskretion!**

St. Afra Laboratorium Zürich-Neumünster
Postfach 13,104.

Rein wollene Lodenstoffe

das solideste für Herren- und Knabenkleider. [374

A. Stark-Schweizer,
St. Peterzell.

Muster franko zu Diensten.

Schuh-

Versandhaus
Wilh. Gräb
Zürich
Trittligasse

Nur garantiert solide Ware.

Illustr. Katalog gratis und franko enth. 400 Artikel z. B.

	Fr.
Arbeiterschuhe, stark	7.80
Manns-Schnürstiefel sehr stark	9.—
Manns-Schnürstiefel elegant mit Kappen	9.40
Frauen-Pantoffeln	2.—
Frauen-Schnürstiefel sehr stark	6.40
Frauen-Schnürstiefel elegant mit Kappen	7.20
Knaben- und Töchterschuhe No. 26—29	4.20
No. 30—35	5.20

Versand gegen Nachnahme. Streng reelle Bedienung. Franko Umtausch bei Nichtpassen. Gegr. 1880.

GES. GESCHÜTZT — CLICHÉ DÉPOSÉ

340] (Za 1264 e)

Wer **gezwungen** oder **freiwillig** dem Genusse von Bohnenkaffee entsagt hat [601

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 ½ kg 70 Cts., ¼ kg 35 Cts. in Kolonial- und Spezereiwarenhandlungen.

Das schönste

Oster-Ei!

Garantierte

Uhren, Gold- und Silber-Waren

A. Leicht-Mayer & Cie.
LUZERN

535

St.-Jakobs-Balsam

Hausmittel I. Ranges.

von Apotheker C. **Trautmann, Basel**

Dose Fr. 1.25. Eingetragene Schutzmarke.)

Bewährte Heilsalbe für Wunden u. Verletzungen aller Art, aufgelegene Stellen, **off. Beine, Krampfadern,** Haemorrhoiden, Ausschläge, Brandschaden, Hautentzündungen, Flechten etc. [518

Der **St.-Jakobsbalsam**, sicher und unschädlich in der Wirkung, ist in Apotheken zu haben oder direkt in der

St.-Jakobsapotheke, Basel.

Schwächliche, in der Entwicklung oder beim Lernen zurückbleibende **Kinder,** sowie **blutarme,** sich matt fühlende und **nervöse,** überarbeitete, leicht erregbare, müde, frühzeitig erschöpfte **Erwachsene** gebrauchen als Kräftigungsmittel mit grossem Erfolg:

Dr. Hommel's Haematogen

(Völlig alkohol- und aetherfrei.)

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

Nachstehend einige ärztliche Gutachten über Erfolge mit Dr. Hommel's Haematogen **als Kräftigungsmittel in der Kinderpraxis:**

„Haematogen Hommel bewährte sich auch in der diesjährigen Ferienkolonie als **ganz unvergleichliches Kräftigungsmittel** von hervorragend blutbildender Wirkung. Die Zöglinge nahmen ihr Haematogen sehr gerne. Die günstige Wirkung auf den Organismus trat nach kurzer Zeit zutage, indem die Esslust wuchs und das Allgemeinbefinden sich bedeutend besserte. Auch heuer konnten wir mit Freuden nach Schluss der Koloniezeit sehr namhafte Gewichtszunahmen und vorzügliches Aussehen bei den mit Haematogen Hommel bedachten Zöglingen feststellen".

Für die Brünner Ferienkolonien
der Sektion Brünn des mähr.-schles. Sudeten-Gebirgs-Vereins
Der Vereinsobmann: Dr. **Krumpholz.** Der Koloniearzt: Dr. **Lorenz.**

Hommel's Haematogen habe ich bei einem **9monatlichen, blutarmen, gänzlich heruntergekommenen Säugling** in Anwendung gezogen. **Der Erfolg war vorzüglich.** Schon nach 14tägigem Gebrauch war das Kind kaum wieder zu erkennen. Gesicht und Glieder hatten ihre Rundung wieder erlangt und Wangen und Ohren zeigten an Stelle der früheren Leichenfarbe eine gesunde Rötung. Ich habe seit dieser Beobachtung Ihr Haematogen bei einer grösseren Zahl von Kindern verschiedenen Alters ordiniert und mich von der **stets vortrefflichen Wirkung** desselben überzeugt."
(Dr. med. **C. Schwarz** in **Gehrden,** Hannover.)

„Ich habe mit Hommel's Haematogen **bei schlecht genährten, blutarmen und appetitlosen Kindern überraschend günstige Erfolge** in kürzester Zeit erzielt."
(Dr. med. **Hch. Schmidt,** em. Chefarzt des Allg. Krankenhauses, **Wien.**)

„Hommel's Haematogen ist eines der besten, **wenn nicht das beste,** der zurzeit bestehenden **Präparate,** die ich kennen gelernt und erprobt habe.
Bei **skrophulösen** und **rhachitischen Kindern, bei Bleichsucht,** bei **nach fieberhaften Erkrankungen auftretenden und sonstigen Schwächezuständen,** bei **verschiedenen Arten von Verdauungsstörungen hat es mir vorzügliche Dienste geleistet."**
(Dr. med. **G. Krischke, Schlegel,** Schlesien.)

„Ich habe Hommel's Haematogen 3 Kindern im Alter zwischen 8 und 10 Jahren, die infolge **hochgradiger Blutarmut** und **sehr schwerer Verdauung** vollständig herabgekommen waren und ihre Körperkraft total eingebüsst hatten, verabreicht, über den **glänzenden Erfolg** war ich erstaunt, die Kinder sehen jetzt blühend aus."
(Dr. med **Josef Kalteis** in **Seekirchen** b. Salzburg.)

„Besonders hat Hommel's Haematogen dazu beigetragen, die bei Kindern im Beginn der Schulzeit sich einstellende **Mattigkeit** und **Appetitlosigkeit vollkommen zum Verschwinden zu bringen."**
(Dr. med. **L. Sommerfeld** in **Schöneberg.**)

„Hommel's Haematogen habe ich bei einem 7-jährigen, **körperlich** und **geistig** sehr zurückgebliebenen Mädchen verwendet. Der bisherige vollständige Appetitmangel verschwand schon nach 4tägigem Gebrauch und nahm auch das bisher durch alle andern Mittel nicht zu vergrössernde Körpergewicht zu." (Dr. med. **Cyr. Hermann** in **Freudenthal.**)

„Hommel's Haematogen habe ich bei einem **rhachitischen Kinde** mit so **vorzüglichem Erfolge** angewendet, dass das Kind zurzeit kaum wieder zu erkennen ist."
(Dr. med. **Schönfeld-d'Elbée** in **Molschleben** b. Gotha).

„Ich habe Gelegenheit gehabt, bei meinem Kinde Hommel's Haematogen zu erproben. Ueber das Präparat kann ich nur das Allerbeste berichten und sah ich noch bei keinem Mittel solch frappante Wirkung. Die Blutarmut verschwand schon nach einmonatlichem Gebrauch, das Kind bekam einen guten Appetit und **wird tagtäglich kräftiger."** (Dr. med. **Emanuel Rédei** in **Széphalu,** Ung.)

„Hommel's Haematogen habe ich mehrfach verordnet und versucht, u. a. bei meiner kleinen Tochter, die im Anschluss an längere Wochen anhaltenden Keuchhusten erhebliche Blutungen infolge einer Operation zu überstehen hatte und dadurch äusserst schwach und erschöpft war. **Die hochgradige Appetitlosigkeit wollte keinem Mittel weichen,** bis ich ihr Haematogen gab. **Nach wenigen Tagen trat bereits reger Appetit ein,** das Kind erholte sich sichtlich und nach Verbrauch der ersten Flasche waren die erheblichsten blutarmen Erscheinungen beseitigt. **Der Erfolg war ein geradezu eklatanter!"** (Dr. med **Adolf Richter** in **Leisnig,** Sachsen.)

„**Hommel's Haematogen** ist für mich ein **unentbehrliches Mittel bei blassen, rhachitischen** oder **atroppischen** Kindern geworden, bei welchen es **nicht nur eklatant den Appetit** anregt, sondern auch nahezu sichtbar die **Kräftigung** der kleinen Patienten herbeiführt."
(Dr. med. **Eugen Grünfeld** in **Saaz,** Böhmen.)

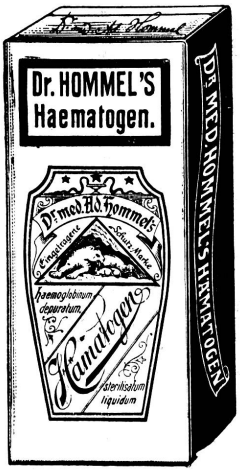
„Ich habe Hommel's Haematogen bei meinem eigenen, 9jährigen, sehr blutarmen Sohne angewendet und **schon nach den ersten paar Löffeln einen so überraschenden Erfolg** in Bezug auf **den Appetit** gesehen, wie bei keinem andern derartigen Mittel."
(Dr. med. **Ad. Hippelein, München.**)

„Kann Ihnen nur mitteilen, dass Hommel's Haematogen **bei einem nach schwerem Typhus ganz herabgekommenen,** wirklich elenden Kinde, **vorzügliche Dienste** geleistet hat."
(Dr. med. **Emil Losert** in **Freistadt,** Oesterr. Schles.)

„Ich habe Hommel's Haematogen in der Kinderpraxis, besonders bei **Rhachitis der Säuglinge** mit **durchlagendem Erfolge** angewendet."
(Dr. med. **Ernst Piro** in **Trier.**)

„Es freut mich, Ihnen berichten zu können, dass ich Hommel's Haematogen mit sehr gutem Erfolge bei meinen beiden Kindern (Zwillinge im Alter von 3/4 Jahren angewendet habe. Namentlich das eine von ihnen, das erheblich in der Entwicklung zurückgeblieben war, blühte unter dem Gebrauch des Präparates förmlich auf und nahm innerhalb eines Monats 2 Pfund zu."
(Dr. med. **H. Goldschmidt** in **Breslau.**)

„Seit ungefähr einem Jahre lasse ich mein anfangs sehr schwächliches, jetzt 21 Monate altes Jüngelchen, das leicht rhachitische Symptome aufwies, Haematogen Hommel nehmen. **Das Kind hat sich prächtig entwickelt** und ist ohne übermässigen Fettansatz sehr kräftig geworden."
(Dr. med. **F. Haass,** Augenarzt in **Viersen.**)



Warnung vor Fälschung!

NICOLAY & Co

Verkauf in Apotheken und Droguerien.

539]

Man verlange ausdrücklich das echte „Dr. Hommels"
Haematogen u. lasse sich Nachahmungen nicht aufreden.

Hanau a. Main. Zürich.
London, E. C. 36 & 36 a, St. Andrew's Hill.
St. Petersburg, Smolenskaja 33.

Vertretung für Nordamerika.
Lehn & Fink, William Street 120, New-York.

Spruch.

Willst du Männer gesprächig machen,
Sprich von Sachen.
Soll das Gespräch mit Frauen sich lohnen,
Sprich von Personen.

Ludwig Fulda.

Fortsetzung des Sprechsaals.

Auf Frage 9800: Das Wasser der Passugger Theophil-Quelle wird als Tafelwasser wärmstens empfohlen, als säuretilgend und die Verdauung befördernd. Viel Wasser trinken während dem Essen ist aber überhaupt nicht gut, denn der Magensaft, von dem die Verdauung abhängt, wird zu sehr verdünnt und dadurch seiner, die eingenommenen Nährstoffe umwandelnden Wirksamkeit beraubt. x.

Auf Frage 9800: Die meisten natürlichen Mineralwasser eignen sich als Tischgetränk; auch solche, die einen Zusatz von künstlicher Kohlensäure erhalten, sind nicht von vornherein zu verwerfen. In solchen Sachen spricht übrigens der Arzt das letzte Wort; man versucht es mal ein paar Wochen, das ist besser als alle Theorie. Fr. M. in B.

Auf Frage 9801: Nach Kneipp ist der Tee von jungen Hollunderblättern im Frühling das allerbeste Blutreinigungsmittel. Die Blätter werden geschnitten wie Tabak und etwa 10 Minuten lang gesotten. Von diesem Tee soll am Morgen beim Erwachen getrunken werden, so daß eine Stunde nachher das Frühstück genommen werden kann. Die Kur ist aber einige Wochen lang fortzuführen. Dazu tägliche Bewegung im Freien und gute Ventilation des Schlafzimmers. x.

Auf Frage 9801: Es gibt wohl kaum ein geeigneteres Kraut für diesen Zweck als junge Petersilie, von der man Tee bereitet. v. D.

Auf Frage 9802: Dauert das Schützenfest nur einen einzigen Tag, so bleiben grüne Kränze das hübscheste. Geht es eine ganze Woche, so leisten Draperien von weiß und rotem Fahnentuch um den Balkon und von dort zur Haustüre gute Dienste; nur nicht zu viel Dekoration. Das Beste bleibt ein kernhafter Spruch vom angesehenen Ortsdichter. Fr. M. in B.

Auf Frage 9803: Zitronenpudding. 200 Gr. weich gemachte Butter, 250 Gr. gest. Zucker damit verrührt, 300 Gr. feines Mehl samt der Schale einer großen halben Zitrone und den Saft von mindestens zwei Zitronen darunter gemischt. Diese Masse wird auf dem Feuer (schwach) in einer Messingpfanne aufgelöst mittelst 3/4 Liter Milch unter stetem Rühren, doch so, daß sie nicht anbrennt und auch keine Knollen zurückbleiben. Alsdann wird die Pfanne vom Feuer genommen und nebst einer tüchtigen Prise Salz kommen je nach Größe 6—8 Eigelb dazu unter tüchtigem Schlagen. (Wer keine Verwendung für die Eiweiß hat, mag 5 ganze Eier nehmen, jedoch wird der Pudding dann viel weniger zart.) Ist dies geschehen, wird die Form sorgfältig mit frischer Butter ausgestrichen, mit Zucker und Mehl ausgestreut und 2/3 gefüllt. Diese Portion ergibt gewöhnlich zwei Puddings, weil die Masse, um luftig zu werden, stark 1 1/2 Stunden im Wasserbade sieden muß. Wird mit Fruchtsaft aufgetragen. — Meerrettigsauce (mild.) Eine feine Buttersauce wird hergestellt mittelst ziemlich Butter, nur Salz, kein anderes Gewürz — zur Hälfte gewöhnliches Mehl und zur Hälfte Kar-

Sie ziehen die echten Apotheker Rich. Brandts Schweizerpillen allen anderen ähnlichen Mitteln vor, da sie so prompt sind in der Wirkung gegen gestörte Verdauung, Stuhlverhaltung, Hämorrhoiden, Blutandrang, Appetitlosigkeit 2c. Schachtel „mit weißem Kreuz im roten Felde und Namenszug Rich. Brandt" zu Fr. 1.25 in den Apotheken. [462

Die erste Runzel [164 ist der erste wahre Verdruß der schönen Frau. Man gebe ihr daher das Mittel, dieselbe wieder loszuwerden. Dazu genügt die Anwendung der vortrefflichen **Crème Simon,** welche der Oberhaut ihre Elastizität wieder gibt, indem sie diese Falte verschwinden macht, die ein leidiges Anzeichen von vielen andern Runzeln ist, wenn man sich nicht vorsieht. Man gehe weiter in der Behandlung der Haut und wende **Reispuder Simon** an, welches als reines Stärkereis garantiert und somit besser ist, als alle gewöhnlichen Puder, die aus Talg fabriziert sind. Dadurch erhält man sich ein frisches Aussehen, bis zum höchsten Alter hinauf.

Seethaler Conserven stets auf Lager; die Produkte der (A 11,175) [442
Conservenfabrik Seethal in Seon
sind die **feinsten** und **haltbarsten** und **unerreicht** in **Güte** und **Haltbarkeit.**

Alkoholfreie Weine Meilen für Kranke.

575] Frau Dr. M. Heim, Zürich, spricht sich aus wie folgt: Ich kann nur konstatieren, dass alkoholfreie Weine von Meilen mir, seit sie in den Handel gekommen sind, immer und ausnahmslos vorzügliche Dienste geleistet haben, sowohl im eigenen Haushalt, wie in der ärztlichen Praxis. Als **Erfrischungsgetränk** für Gesunde, namentlich aber für Fieberkranke, sind sie mir unschätzbar. Personen mit **Neigung zu Stuhlverstopfung** finden in diesen Getränken ein ausgezeichnetes Mittel zur Regulierung ihrer Darmtätigkeit.

Badanstalt Aquasana St. Gallen Zwinglistr. 6
Wasser- und Licht-Heilanstalt.

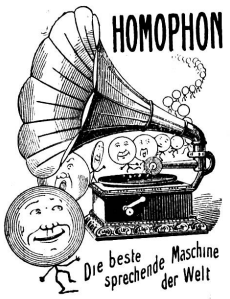
Behandlung von Nervenleiden, Herzleiden, Magen- u. Darmkrankheiten, Muskel- und Gelenkrheumatismus, Fettsucht, Gicht, Blutarmut, Bleichsucht, Frauenkrankheiten, Hautleiden.

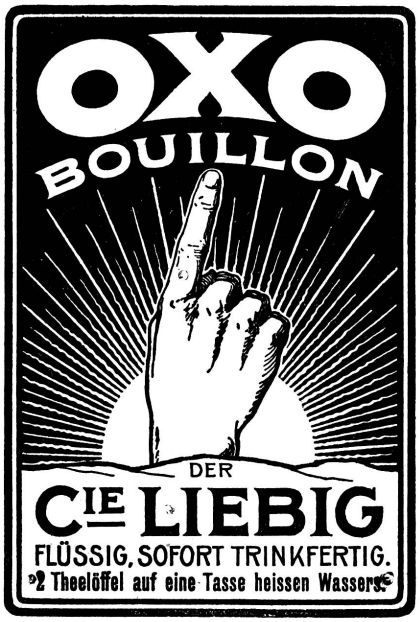
Hydrotherapie: Duschen, Halbbäder, fliessende Fuss- und Sitzbäder. — **Lichtbehandlung:** Glüh- und Bogenlichtbäder. Bogenlichtbestrahlung. — **Elektrische Bäder,** elektrische Lohtanninbäder. — Kohlensäurebäder. — **Massage,** Vibrationsmassage. — Fango-Applikation. — Sol- und andere medizin. Bäder. **Türkische Bäder. — Wannenbäder.**

Leitender Arzt: **Dr. Steinlin,** Spezialarzt f. Nervenkrankheiten. Sprechstunden in der Anstalt.

Die Prozeduren und Bäder werden durch geübtes Badepersonal genau nach Vorschrift sämtlicher Herren Aerzte von St. Gallen und Umgebung abgegeben. (Za G 26) [379

Die Union artistique in Genf
verkauft p. Abzahlung von **Fr. 5.**— an p. Monat alle **Musikinstrumente:** Violine, Flöte, Clarinette, Blechinstrum. etc.
Homophon
mit 20 grossen doppelseitigen Platten, enthaltend 40 Musik- oder Gesangstücke der besten Orchester und Künstler der Welt, zum Preise von **180 Fr.,** zahlbar **6 Fr. p. Monat,** 20 Cts. per Tag. [599
Verlangen Sie Conditionen und Kataloge von dem Generalvertreter für die deutsche Schweiz:
Th. Wälti, 5 Rue des Alpes, **Genf 117**
Vertreter werden für alle Plätze gesucht.
Ohne Vorausbezahlung.





344

[378
ZEPHYR Toilette-Seife.
Unübertroffen für die Hautpflege. —
FRIEDRICH STEINFELS, ZÜRICH.

toffelmehl, angerührt mit Fleischbrühe und zur kleineren Hälfte, gutem weißem Wein. Wer es besonders mild liebt, mag auch noch 2—3 Löffel Rahm und eine Messerspitze gestoßenen Zucker beifügen. Der Meerrettig, welcher fein gerieben, in kaltem Wasser gelegen haben muß (10—15 Minuten), kommt erst hinein, wenn die Sauce sich schön sämig gekocht hat, nicht zu dünn. Nach dem Beifügen darf über den Meerrettig nur noch ein siedender Wall gehen, sonst entzieht man ihm alle Kraft. H. D.

Auf Frage 9804: Das Ueberrosten, resp. Anlaufen eines neuen Gas-Glätteapparates läßt sich verhüten, wenn Sie den gebrauchten Apparat noch warm mit Wachs einreiben und ihn nachher gut in Zeitungspapier einschlagen, sodann ist der Apparat in der gebrauchsfreien Zeit mit einer starken Kartonschachtel oder einem passenden Kistchen zuzudecken. Wenn der Rostüberzug noch nicht eingefressen, also nur oberflächlich ist, können Sie den Apparat in ein Petrolbad stellen, welches den Rost auflöst. Nachher wird der Apparat geputzt und mit Wachs eingerieben. M.

Auf Frage 9804: Rost wird von Stahl und Eisen, sofern er nur ganz oberflächlich ist, durch Abreiben mit einem Korke entfernt, den man mit Olivenöl befeuchtet hat. Ist der Rost schon eingefressen, so muß man einen Trippel zu Hilfe nehmen, den man mit etwas Schwefelblüte mischt. Die Mischung wird ebenfalls mit Olivenöl angerührt und mit einem Kork kräftig auf die gerostete Stelle aufgerieben. Bei noch tiefer eingefressenem Rost ist Glaspapier und Sand in Verbindung mit etwas Weinsteinsäure anzuwenden, jedoch werden die Rostflecken bei diesem Verfahren in Form von glanzlosen, flachen Vertiefungen sichtbar bleiben. Wenn Sie Ihren Glätteapparat jedesmal vor dem Wegschließen, d. h. so lange er noch warm ist, mit etwas Wachs überstreichen, oder auch in Ermangelung dessen mit einem ölgetränkten Lappen überfahren, wird er blank bleiben. H. D.

Auf Frage 9804: Rostiges Gußeisen kann in der Fabrik oder selbst von einem rechten Schmied ausgeglüht und wieder in Stand gesetzt werden. Doch kommt dasselbe dabei leicht aus der Facon und die Prozedur kann gleich viel kosten wie ein neuer Apparat. Fr. M. in B.

Abgerissene Gedanken.

Mancher Familienvater beneidet den Ledigen um seine Zwanglosigkeit und bedenkt nicht, daß er zwangloser gelebt hat als der noch Ledige.

* * *

Es gibt Lebenserfahrungen, wo man in Vergleichung nicht weiß, ob man sich alt oder jung schätzen soll.

* * *

Die Ledigen kümmern sich um die Ehe mehr als die Verheirateten.

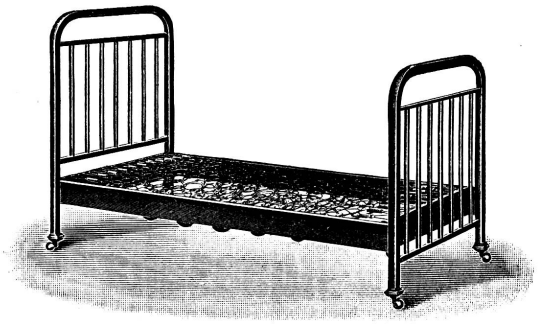
* * *

Schon viele trauten sich, bevor sie sich trauten. B.

302] Als **Heilmittel der Lungenschwindsucht** haben die Präparate aus Buchenholzteer mit vollem Recht einen altberühmten Namen. In den verschiedensten Formen hat man sie verwendet. Das beste aller dieser Mittel ist „Sirolin Roche", das wirksam, reizlos und vor allem wohlschmeckend ist. — Erhältlich nur in Originalpackg. in allen Apotheken zu Fr. 4.— per Flasche.

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 neuestens mit Recht gepriesen wird, ist die **Remy Reisstärke;** sie vereinigt alle wünschbaren Eigenschaften in sich und wird von fachkundigen Personen jedem andern Fabrikate vorgezogen. [629

Klavierspiel ohne Notenkenntnis und ohne Noten! Nicht viele Neuheiten auf musikalischem Gebiete dürften solches Aufsehen erregen, wie die neueste Auflage des unter obigem Titel erschienenen Systems, handelt es sich doch um die Erlernung des Klavierspiels ohne Noten- oder sonstige Vorkenntnisse durch Selbstunterricht. Der Erfinder, Kapellmeister Theodor Walther in Altona, hat mehrere Jahre gebraucht, um die Methode auf die jetzige Einfachheit und Höhe zu bringen. So mancher Musikfreund kann sich hiernach ohne weiteres, lediglich durch Befolgung der Erklärung, seine Lieblingslieder selbst einüben, da die Methode so leicht gehalten ist, daß sie ohne Mühe von jedermann sofort verstanden wird. Heft 1 und 2 mit 6 beliebten Liedern besorgt auf Wunsch für Mk. 2.50 die Expedition dieser Zeitung unter Nachnahme des Betrages. [556



Steiners Paradiesbett

empfiehlt sich mehr und mehr von selbst, denn seine Zweckmässigkeit, solide Konstruktion, Eleganz, Sauberkeit und wundervolle Behaglichkeit **verschaffen ihm täglich neue Freunde!**

Zu beziehen durch [531

500 Betten.
20 Muster-Schlafzimmer.

Haeberlin & Co.
Bleicherweg 52, Zürich.

Graphologie.
605] Charakterbeurteilung aus der Handschrift. Skizze Fr. 1.10 in Briefmarken oder per Nachnahme.
Grapholog. Bureau Olten.

Haben Sie graue Haare!
So entfernen Sie dieselben in kurzer Zeit mit sehr berühmtem **Haarwasser.** (A 3207 K) [579
Zu beziehen durch
Fr. Dubs, beim Landhaus, Altstätten.

Eine grosse Wohltat für **Schwerhörige** sind [358
Hörrohre.
Sie befähigen selbst bei ganz schlechtem Gehör zur Teilnahme an der Konversation und zum Besuche von Theater, Konzerten, Kirche etc.
Grosse Auswahl. Auf Wunsch auch Ansichtssendung.
Sanitätsgeschäft Hausmann A.-G., St. Gallen
Basel Freiestr. 15 — **Davos** Platz u. Dorf — **Genf** Corraterie 16 — **Zürich** Bahnhofstr. 70, 1 Tr

Ein heller
Dr. Oetker's Backpulver, Vanillinzucker, Puddingpulver à 15 cts; Fructin p. Pfd. à 60 cts
Verwendet stets:
Millionenfach bewährte Rezepte gratis in allen bessern Geschäften.
Albert Blum & Co., Basel, Generaldépôt.
(H 700 Z) 609

Für nur ½ Centime Erfrischendes pikantes Getränk
sofort fertig.
1 Glas Zuckerwasser mit 5 Tropfen
Alcool de Menthe de Ricqlès
gleichzeitig bestens bewährt bei
träger Verdauung
Magendrücken, Blähungen
Beklemmung, Mattigkeit.
Nur echt in Originalflacons mit d. Namen Ricqlès.
HORS CONCOURS
membre du Jury Paris 1900.
Überall erhältlich.
(H 334 X) [154

Mensol (Neu)
Eine Wohltat für Frauen und Mädchen.
Aerztlich sehr empfohlen. Angenehm zu nehmen. Wirksames, unschädliches Mittel gegen Beschwerden monatlicher Vorgänge. Zu haben in allen Apotheken oder direkt von der Ges. für diät. Producte, A.-G., Zürich.
(H 700 Z) 1267

Gelenk-Rheumatismus geheilt!
Geehrter Herr Schmid!
Unterzeichneter bescheint hiemit, dass Ihre Heilmittel ihn von schweren Leiden befreit haben. Lange Zeit litt ich an **Gelenkentzündungen,** bis ich durch Zufall zu den Heilmitteln des Herrn **Schmid,** Arzt, **Bellevue. Herisau,** kam, die mich in kurzer Zeit vollständig herstellten. [387
Ich fühle mich daher zu grossem Dank verpflichtet und empfehle Leidensgenossen diese in der Tat heilenden Mittel.
J. Schädler, Werkführer. **Arbon.**
Die Echtheit dieser Unterschrift bezeugt (K 1265-Z)
Bär, Gemeindeammann.

Rosalin gibt sofort natürlich rosige Gesichtsfarbe. Keine Schminke. Garantiert unsichtbare, unschädliche Anwendung.
Gesetzlich geschützt. 563] Schachtel, 1 Jahr reichend, à Fr. **4.50** diskret versendet gegen Nachnahme
Frau A. G. Spillmann, Waltersbachstr. 1, Zürich IV.

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | Nr. 4. | April 1908

Die Kunst, richtig zu essen.

Das körperliche Gewissen ist bei den Menschen gewöhnlich nicht allzu stark oder wenigstens nicht stark genug ausgebildet. Es gibt nur wenige Leute, die ein sicheres Gefühl dafür haben, was für ihren Körper gut ist und was ihm schaden könnte. Namentlich in Bezug auf das Essen und Trinken trifft das zu, wobei allerdings nicht zu verkennen ist, daß manche ihr Gewissen übertäuben, indem sie auch gegen seine Warnungen ihrem Geschmackreiz folgen. Es ist daher durchaus richtig, wenn man von einer Kunst, richtig zu essen, spricht, für die Professor Max Einhorn in der „Zeitschrift für diätetische und physikalische Therapie" geradezu den wissenschaftlichen Ausdruck Euphagie erfunden hat, während er in entsprechender Weise das zu schnelle und zu langsame Essen Tachyphagie bezw. Bradyphagie nennt.

Für die Kennzeichnung der Euphagie, also der guten Art zu essen, gibt bereits die Bibel eine Anweisung in dem Satz: „Im Schweiße deines Angesichts sollst du dein Brot essen." Die richtige Vorbereitung für eine Mahlzeit ist vorausgegangene Arbeit mit darauffolgender Ruhe. Die Arbeit ist notwendig, darf aber nicht zu Uebermüdung oder gar Erschöpfung führen, weil dann die Eßlust in der Regel verschwindet oder doch die Verdauung verlangsamt wird. Zur Mahlzeit selbst soll man sich außerdem Ruhe und Zeit gönnen. Während des Essens soll man weder an seine Beschäftigung, noch an ernste oder gar traurige Dinge denken, sondern das Essen als Hauptarbeit betrachten und ihm volle Aufmerksamkeit zuwenden, obgleich nicht zu verkennen ist, daß angenehme Gesellschaft und leichte heitere Gespräche zur Erhöhung des Genusses der Mahlzeit beitragen.

Seit einiger Zeit wissen wir, namentlich durch die grundlegenden Forschungen von Pawlow, daß die Gehirntätigkeit überhaupt von mächtigem Einfluß auf die Verdauung ist. Schwere Sorgen können nicht nur den Appetit rauben, sondern unter Umständen auch geradezu Ver-

dauungsstörungen hervorrufen. Anderseits geht die Mitwirkung des Gehirns daraus hervor, daß nach den Untersuchungen von Pawlow schon der Anblick von Leckerbissen eine Ausscheidung von Magensaft hervorruft. Daraus ergibt sich, daß auch das Aeußere der Speisen, die Art der Anrichtung, die Gefäße, in denen sie aufgetragen werden u.s.w., von einiger Bedeutung für die Bekömmlichkeit der Mahlzeiten sind.

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

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

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

Ein neuer Kaffee-Ersatz.

Unter den mannigfachen Präparaten, die als Ersatz für den Bohnenkaffee augenblicklich in den Handel gebracht werden und die für Kinder und solche Personen, welche an geschwächter Nerven-, Herz- und Magentätigkeit leiden, in erster Linie in Betracht kommen, verdient das von der Firma Heinr. Frank Söhne in Basel-Ludwigsburg hergestellte neue Präparat „Enrilo“ ganz besonders hervorgehoben zu werden.

Enrilo besteht aus reinen, alkaloidfreien Boden- und Halmfrüchten, ist in Geschmack und Farbe dem Bohnenkaffee auffallend ähnlich, ent-

hält aber, was für die Interessenten ausschlaggebend sein dürfte, keinerlei aufregende oder schädliche Bestandteile. Als weiterer Vorzug des Enrilo-Getränkes ist sein relativ hoher Nährwert zu erwähnen, der laut chemischer Analyse demjenigen anderer Getreideröstungen, wie Malz-, Weizen-, Kornkaffee überlegen ist. Enrilo wird deshalb von ärztlicher Seite als ein absolut gesundes und außerordentlich bekömmliches Ersatzmittel für Bohnenkaffee empfohlen, das sich speziell für einen reichlichen Mitgenuß von Milch eignet.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Vermicelle-Suppe auf Elsässerart. Etwa 3 Löffel Eierfideli werden mit frischer Butter blond gedünstet, indem man etwas Mehl darüber stäubt. Nachdem Fleischbrühe oder heißes Wasser und das übliche Gewürz beigefügt ist, läßt man die Suppe dreiviertel Stunden kochen, sie kann auch nach Belieben mit durchgetriebenen Tomaten verfeinert werden. Die Suppe wird über ein Teiglein von einem mit Milch verklopften Ei, mit einigen Tropfen Maggis Würze durchzogen, angerichtet.

*

Sellerie-Suppe. Zwei große gereinigte Sellerie werden in Scheiben geschnitten, in Butter gedämpft und mit zwei Kochlöffeln voll Mehl bestreut; dann dämpft man sie noch eine Zeit lang, füllt mit der nötigen Fleischbrühe auf und läßt sie fertig kochen, würzt gehörig und treibt sie durch ein Haarsieb, rührt drei Eigelb und etwas süßen Rahm dazu und richtet sie über in Butter gebackenen Croutons an; eine gekochte Sellerie wird ebenfalls zu Croutons geschnitten und beigegeben.

*

Haussuppe ohne Fleisch. — Bereitungszeit 1 1/2 Stunden. — Für 6 Personen. — Zutaten: 250 Gramm gut zerschlagene Knochen, verschiedene fein zerschnittene Suppengemüse, 20 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, Salz. Man nimmt 2 1/2 Liter Wasser, setzt 250 Gramm Knochen, ferner die Suppengemüse (eine Mohrrübe, eine Lauchzwiebel, ein Selleriekopf, eine Zwiebel, einige Weißkohlblätter, eine Petersilienwurzel, einen halben Wirsingkopf, drei große Kartoffeln) zu und kocht sie in reichlich einer Stunde genügend weich. Alsdann nimmt man die Knochen aus dem Gefäß, fügt 20 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt und das nötige Salz hinzu, und läßt die Suppe hiermit noch einmal durchkochen. (Dies noch einmalige Durchkochen ist in vielen Fällen, in denen

Liebigs Fleisch-Extrakt bei Suppen ꝛc. zur Anwendung gelangt, ratsam und empfehlenswert.

*

Gefüllte Rouladen. Die vorgerichteten Fleischscheiben werden leicht geklopft, mit einer fingerdicken Lage gehacktem Schweinefleisch bestrichen, welches mit Salz, feingehackter Zwiebel und Pfeffer gewürzt ist, dann werden die Rouladen wie bekannt zusammengerollt, mit einem Faden zusammengebunden, in Mehl gewendet und in Butter braun gebraten; dann legt man sie in einen Schmortopf, gießt die Buttersauce und soviel heiße Bouillon oder Wasser mit Liebigs Fleischextrakt hinzu, daß die Rouladen knapp bedeckt sind und läßt sie, fest zugedeckt, langsam weich schmoren.

*

Hasenpastete. Man nimmt nur die schönsten Stücke vom Hasen, spickt sie und legt sie einige Tage in die Beize. Dann bratet man sie ab und kocht sie halb fertig. Auf den Teigboden wird folgende Farce gestrichen; 125 Gramm grünen Speck, Zwiebeln, Kapern mit einander gehackt, Brosamen von schwarzem Brot, Pfeffer, Salz und Muskatnuß dazu genommen; auf diese legt man die Stücke vom Hasen und den Deckel des Butterteigs darüber. Bevor die Pastete in den Ofen kommt, wird sie mit zerkleppertem Ei bestrichen. Sie muß in starker Hitze backen.

*

Salm auf dem Roste. Der in Scheiben geschnittene, ausgenommene Salm wird in Provenceöl eingetaucht, mit Salz und Pfeffer bestreut und auf dem Roste über starker Kohlenglut von beiden Seiten behutsam gebraten, so daß er beim Umwenden nicht zerbricht; hierauf richtet man ihn an und garniert ihn mit Zitronenstückchen.

*

Stockfisch mit Senfsauce. Den tüchtig gewässerten Stockfisch läßt man in Salzwasser auf geschlossener Herdplatte gar ziehen (etwa eine Viertelstunde), dann bringt man in eine Kasserolle etwas Fett und fein gewiegte Zwiebel, läßt sie rösten, rührt einen Löffel Mehl, einen Teelöffel Senf daran, vergießt mit Fleischbrühe oder kochendem Wasser zu einer Tunke, würzt noch mit etwas Zitronensaft, läßt den Fisch in der Brühe aufkochen und richtet die Speise mit gekochten Salzerdäpfeln als Zugabe an.

*

Kartoffelspeise mit Fleischresten. Die gekochten Kartoffeln werden in kleine Stücke zerschnitten und in eine mit Butter ausgestrichene

Mehlspeisenform getan. Dann verquirlt man soviel sauren Rahm als nötig ist, um die Kartoffeln zu bedecken, mit einem gewässerten und gehackten Hering, ein paar gewiegten Zwiebeln, Salz, Pfeffer, Petersilie, etwas geschmolzener Butter, einer kleinen Prise Mehl und etwa vorhandenen beliebigen gehackten Fleischresten, gießt dies über die Kartoffeln und bäckt die Speise im Ofen. Man serviert sie in der Form. Sie schmeckt mit grünem Salat vorzüglich.

*

Kalbsvoressen. Man nimmt hierzu Bruststück, schneidet es in hübsche Vorlegstücke, salzt sie und setzt sie mit etwas Zwiebel, Wurzelwerk und gutem Fett aufs Feuer, läßt sie auf allen Seiten braun anbraten, stäubt Mehl darüber; hat auch dieses Farbe angenommen, gießt man etwas Wasser zu, würzt mit Zitronenschale und dämpft das Fleisch zugedeckt weich, zirka eine Stunde. Vor dem Anrichten gießt man etwas Weißwein zu, was die Sauce pikant macht. Je nach dem Geschmack kann ab und zu Wasser oder Bouillon zugegossen werden. Die Sauce muß sämig und schön gelb-braun sein.

*

Selleriesalat. Sellerieknollen werden gereinigt, sauber und dünn geschält und in schwachem Salzwasser weichgekocht. Dann werden die Wurzeln in schöne Scheibchen geschnitten, mit wenig Salz, Essig oder Zitronensaft und Oel vermischt. Das Wasser, in dem die Sellerie gekocht werden, soll nicht weggeschüttet werden, es läßt sich zu einer Kartoffel- oder Einlaufsuppe sehr gut verwenden.

*

Gebackener Blumenkohl. Nachdem der Blumenkohl gereinigt und gewaschen ist, läßt man ihn in Salzwasser weich kochen. Wenn er gut abgetropft ist, gibt man ihn in eine feuerfeste Platte, macht eine Sauce mit Butter, Zwiebel und etwas Mehl, hellgelb gedämpft, ziemlich dicklich. Dann verrührt man 1—2 Eigelb mit etwas Zitrone, gibt Rahm und Käse bei, dies alles über den Blumenkohl nnd läßt ihn im Backofen schön gelb backen.

*

Bouillon-Kartoffeln. Bereitungszeit 1 Stunde. Für fünf Personen. Zutaten: 1½ Kilo kleine Wachskartoffeln, 40 Gramm Butter, Salz, zwei Eßlöffel sehr fein gewiegter Petersilie, 5 Gramm Liebigs Fleischextrakt, 2 Eßlöffel Wasser. Man koche die Kartoffeln in der Schale, pelle sie ab, lasse Butter heiß werden, füge Salz, Petersilie und das aufgelöste Fleischextrakt dazu, gebe die Kartöffelchen hinein und schwenke sie um, daß sie bräunlich glänzen.

Italienischer Salat. 125 Gramm Hühnerfleisch, 125 Gr. gesalzene Ochsenzunge, 1 Hering, 125 Gramm Sardellen, 2 Reinetten-Aepfel, 4 Kartoffeln, 1 gekochte Sellerie werden mit 2 Eßlöffel voll Kapern, etwas gehackten Zwiebeln und Petersilien in kleine Würfel geschnitten, bringt alles in eine Schale, würzt es mit Pfeffer und Salz, macht es mit einer dünnen Mayonnaise zu einem dicklichen Salat an. Dieser wird in einer hübschen Salatschüssel kuppelformartig angerichtet, mit gehacktem, hartgekochtem Eigelb und Eiweiß, sowie gekochten Gelbrüben, Randich und Essiggurken buntfarbig hübsch überzogen und oben mit einem halben Ei und Caviar verziert.

*

Salat von Rotkohl à la russe. Ein Kopf Rotkohl wird, nachdem er recht klein geschnitten ist, in Salzwasser aufgekocht, dann in kaltes Wasser gelegt, abgetropft und in eine Assiette mit Essig, Salz und Esdragon gelegt. Unterdes wird Eigelb mit einem halben Glase süßem Rahm klar gerührt und Salz, Pfeffer, Essig, gehackter Esdragon und Körbel hinzugetan. Zu dieser Mischung wird der Kohl mit etwas feingeschnittenem Rettig gemengt.

*

Aufgezogene Kartoffeln. Eine Porzellanform wird stark ausgebuttert und mit gekochten, in Scheiben geschnittenen Kartoffeln schuppenartig ausgelegt. Hierauf werden rohe, geschälte Kartoffeln in Salzwasser weich gekocht und sobald das Wasser abgeschüttet und gut verdampft ist, durch einen groben Durchschlag getrieben. Man gibt nun frische Butter hinzu, etwa auf zwei Pfund Kartoffeln 125 Gramm Butter, gießt nach und nach süßen Rahm daran und rührt die Masse sehr schaumig und leicht. Hierauf gibt man einige gereinigte, feingewiegte Sardellen oder Heringe zu, füllt die Masse in die Form, streicht sie oben glatt und bedeckt sie mit Kartoffelscheiben, sowie mit kleingeschnittenen Butterstückchen. Diese Speise wird in 30 Minuten in heißem Ofen gebacken. Man kann aber unter die Masse auch noch vier Eigelb sowie zum Schluß den Schnee der Eier ziehen.

*

Pikante Eier. Die Eier werden ziemlich hart gekocht, der Länge nach halbiert, mit geriebenem Rauchfleisch und Kapern, oder Senf und geriebenem Kräuterkäse bestreut; dann wird eine Remouladensauce darüber gegossen und sie mit feinen Butterbroten gereicht.

*

Reisknöpfli. 400 Gramm Reis wird in 1/2 Liter Wasser und ebensoviel Milch weichgekocht, dann läßt man den Brei erkalten, rührt

2—3 Eier darunter, sticht von dem Teig Stücklein ab, drückt sie etwas flach und backt sie in Butter schön gelb. Man würzt den Reis nach Belieben mit Salz und Pfeffer. Kann auch Zucker und Zimmet darüber streuen.

*

Osterkuchen. Ein mit Butter bestrichenes Blech belegt man mit Zucker oder Butterteig, 90—120 Gramm gewaschenen Reis kocht man in Milch weich, dann schlägt man 9 Eigelb, 125 Gramm Zucker und etwas Citronenschale schaumig, rührt 1 Schoppen Rahm darunter, schlägt dies in einer Messingpfanne auf schwachem Feuer zu einer Crême, vermischt diese mit dem Reis und einem Gläschen Arac, füllt die Masse in die Form auf den Teig und backt die Torte dunkelgelb, glasiert sie mit Punschglasur.

*

Rhabarberkuchen. Man belegt ein Kuchenblech mit einem Mürbeteig, schneidet die geschälten Rhabarberstengel in kleine Würfel, legt sie ziemlich dick auf den Teig und überstreut sie stark mit Zucker. Für einen Kuchen mittlerer Größe verquirlt man vier Eßlöffel Rahm, vier Eßlöffel Zucker und vier Eigelb gut miteinander, gießt diese Mischung über die Rhabarber und schiebt den Kuchen sogleich in den Ofen. Nun schlägt man das Eiweiß zu Schnee, versüßt es mit Zucker und streicht es auf den gut zur Hälfte gebackenen Kuchen. Dieser kommt alsdann nochmals so lange in den Ofen, bis der Schaum eine schöne gelbe Farbe hat.

*

Plumpudding. Man zerreibt das Weiche von einem Brot ganz fein und mischt folgendes darunter: 500 Gramm gut gewaschene Rosinen, 500 Gramm Sultaninen, 375 Gramm fein gehacktes Rinderfett; 125 Gramm Zitronat und Orangeat; für 10 Cts. gemischtes Gewürz, vier Eier, ein Gläschen Cognac. Hierauf bringt man diese Masse in eine gut mit Butter ausgeriebene Puddingform und kocht den Pudding 3—4 Stunden.

*

Apfelspeise. Man bestreicht eine Auflaufform mit Butter, stellt ganze geschälte Aepfel, von welchen man mittels eines Ausstechers das Kernhaus entfernt, in dieselbe, füllt die Aepfel mit eingemachten Johannisbeeren, rührt 100 Gramm Zucker mit 4 Eidottern zu Schaum, gibt dann einen Eßlöffel Mehl, die abgeriebene Schale einer halben Zitrone, 4 Eßlöffel Rahm und zuletzt den Schnee der 4 Eiweiß daran. Nun wird das Gerührte über die Aepfel gegossen, in der Röhre gebacken und mit Zucker bestreut aufgetragen.

Um gewöhnliche Wäsche rasch zu zeichnen, nimmt man Rotstein (roten Toneisenstein), den man in jeder Drogenhandlung kaufen kann, und löst ihn in Essig auf. Mit dieser Lösung zeichnet man mittelst einer Feder oder eines Pinsels die Wäsche. Weder die Wäsche noch die Bleiche nimmt diese Farbe weg.

*

Milchflecke entfernt man aus grünem Schreibtuch nach folgendem von der „Techn. Rundschau" empfohlenen Verfahren: Man schneide einen Flanellappen oder Wildleder in der Form des Flecks, aber etwas größer, aus, befeuchte denselben reichlich in einer Lösung von Borax und Salmiakgeist, lege ihn auf die fleckige Stelle und beschwere denselben. Nach etwa 5—6 Stunden muß das Pflaster abgenommen und der Fleck mit kaltem Wasser und einer weichen Bürste nachgewaschen werden. Ist das Schreibtischtuch aufgeleimt, so muß nun zunächst eine Trocknung erfolgen. Das geschieht, indem man eine dicke Lage reinen Löschkarton auf den Fleck legt und mit einem mäßig heißen Plätteisen überbügelt.

*

Um lackierte Möbel aufzufrischen, reibe man zunächst die Sachen mit einer Lösung von Schellack in Salmiakgeist ab und mit einem Leinenlappen bis zum Trockenwerden nach.

*

Marmorplatten zu befestigen. Zur Befestigung von Marmorplatten auf Nachttischen oder Waschtoiletten schütte man pulverisierten Gips in Wasser und rühre diesen Brei schnell, bevor er fest ist, in dünnflüssigem Tischlerleim. Damit wird die Marmorplatte bestrichen und fest auf den Untersatz gedrückt und ca. 24 Stunden beschwert darauf liegen gelassen.

*

Linoleum frischt man auf, indem man dasselbe mit einer Mischung einreibt, welche aus Palmöl und Paraffin besteht. Man nimmt, nach der „Werkstatt", 1 Teil Palmöl und schmilzt dies mit 16 Teilen Paraffin zusammen, worauf man dann noch 4 Teile Paraffinöl dazufügt.

*

Weiße Fensterbänke aufzufrischen. Man nehme Schlemmkreide, rühre sie mit etwas kaltem Regenwasser zu einem Brei und reibe mit dieser Mischung vermittelst eines Lappens die beschädigte Fensterbank so lange ein, bis sie wieder in alter Frische glänzt und wie neu angestrichen erscheint. Bei genügendem Einreiben ist der Erfolg überraschend.

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