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

Band: 30 (1908)

Heft: 19

Anhang: Erste Beilage zu Nr. 19 der Schweizer Frauenzeitung

Nutzungsbedingungen

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

Conditions d'utilisation

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

Terms of use

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

Download PDF: 11.12.2025

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

wird, auftatt in vollkommen reinem und fräftigem

Frühlingsfrenden.

Barte Blumen öffnen zagend hier und ba ihr enges haus Strecken ihre Häupter fragend In die milde Luft hinaus. Da wird lauter Ruf vernommen, Sorgenloser Bögel Chor: Ja, der Frühling ist gekommen, Kommt ihr Blumen, kommt hervor!

lleberall erschallt es deutlich: Leben ist vom Tod erwacht! Und die Erde schmückt sich bräutlich, lind der blaue Himmel lacht. Romm, dies Bunder anzusehen. Freu' dich, Seele, innigitär, Sott läßt seinen Oden wehen, Und der Frühling kommt für dich.

R. J. Ph. Spitta.

Was ist Arankheit?

60] Fast alle Krankheiten entstehen dadurch, daß die Berdauung und Ussimilation eine falsche ist und das Berdanung und Affimilation eine falsche ist und das Blut, das durch Berdanung und Affimilation geschaffen wird, austatt in vollsommen reinem und kräftigem Justande zu sein, durch Unreinigseiten und Kranf-heitsstoffe forrumpiert ist. Wenn bei den Menschen immer eine normale Verdauung und Ussimilation vor-handen wäre und infolgedessen und gesundes, reines Blut, so wären wahrscheinlich alle Krankseiten aus-geschlossen. Somit liegt der Keim aller Krankseiten in der Verdauung, Assimilation und in dem Blute.

Leiber treten durch unrationelle Lebensweise, speziell im Gssen und Trinken, Störungen der Verdauung und Assimation hervor, welche, wenn sie auch anfangs nicht sehr lästig erscheinen, doch allmählich einen Blutzusfand hervorrusen, durch welchen Krankheiten aller Art ihren Einzug halten.

Deshalb ift es eine hervorragende Errungenschaft, in Ferromanganin ein Mittel gefunden zu haben, das bei der heutigen Lebensweise unbedingt notwendig ift, um mangelbafte Berdauung und Ussimilation zu forrigieren, das Blut zu reinigen und demselben die ihm nötigen Elemente zuzuführen.

Die ersten Krantheitserscheinungen obiger Störungen zeigen sich in Bleichsucht, Blutarmut, Schwächezustand, Serzstopfen, Hautausschlag, Kopfschuerzen, Glieberreiben, Ventalgie, Unterleibsförungen bei Frauen und Mädchen. Bald treten aber ernstere Krantscheinung werden. heitszustände auf, wenn nicht Abhilfe geschafft wird

Ferromanganin zu Fr. 3.50 die Flasche ist von Apotheken zu beziehen oder sicher von:
In 51. Gallen: Löwen-Apotheke. St. Leonhards-Apotheke (Otto Allmendinger). Apotheke z. Rothskein (G. Zenny). Dechtavotheke (Dr. A. Gausmann). Ablerapotheke (Dr. D. Bogt) Hirschapotheke (Aug. Thaker) Rosenbergstraße 60. — In Zürtch: Pharmacie International, Theaterstraße. — In Vinsteffun: Sternational, Theaterstraße. — In Vinsteffun: Sternalpotheke. — In Vinsten: Apotheke zu St. Morin (F. Siedler). — In Luzen: Apotheke zu St. Morin (F. Siedler). — In Vinsten: Apotheke. — In Hotheke. — In Hotheke. — In Hotheke. — In Hotheke. — In Charles Marth'sche Apotheke. — In Vasselie. Marth'sche Apotheke. — In Vasselie. Surarbs-Apotheke. — In Vasselie. St. Leonhards-Apotheke. — In Genf: Pharmacie de l'Université, Rue du Confeil général.



GALACTINA

Alpen-Milch-Mehl

Beste Kinder-Nahrung.

Die Büchse Fr. 1. 30. [352

E ine intelligente, junge Tochter, welche die Bureauarbeiten erlernen und in der Hanswirtschaft sich vervollkommnen will, findet Aufnahme in einer guten Familie. Mütterliche Ueberwachung und Familienanschluss.

Offerten sub Chiffre **F 449** befördert die Expedition.

#ur eine tüchtige, selbständige Köchin Tür eine tlichtige, 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.

E ine Tochter gesetzten Alters oder eine rüstige Witwe, welche einen feinen Haushalt zu besorgen und zu leiten versteht und auch in den Handleilen versteht und auch in den Handarbeiten lüchtig 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 pertrauens zu sorgen. Es ist ein Vertrauensposten, der nur einer durchaus vertrauens-würdigen Persönlichkeit zugeteilt werden kann. Bei entsprechenden Leistungen sehr gute Honorierung. Offerlen unter Chiffre **R 606** befördert die Expedition.

Tür eine sehr gutgesinnte Tochter, die der Anleitung und freundlichen Beaufsichtigung bedarf, wird in einer guten Familie Stelle gesucht und zwar eine solche, wo sie mit Wasser möglichst wenig in Berührung kommen muss. Für Handarbeiten eignet sich die Suchende leider nicht. Gefl. Off. unt. Chiffre M 648 befördert die Exp.

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

Pensionat Neuchâtel, Beaux-Arts 9.

663] Melle. **Juvet** reçoit quelques jeunes filles qui désirent apprendre le français. Prospectus et références à disposition. (H 505 N)

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 betworgegangen.

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.



von Kennern bevorzugte Marke.

Kurpension und hyg. Erholungsheim "Seeschau"

EMMISHOFEN (Schweiz) bei Konstanz. (A 3339 K)
669] Diätet. Kurhaus. Alle Arten Bäder. Lutt- u. Sonnenbäder. Herrliche Lage.

Grosse, eigene Gartenanlagen. Prachte Prospekte gratis und franko durch die Prachtvolle Spaziergänge. Mässige Preise. rch die Direktion **Th. Liebert.**

Hotel Krone, Altdorf (Uri)

Altempfohlenes Haus mit 50 Betten. Telephon. Elektrisches Licht. Billige Preise. Aufmerksame Bedienung. [673 Familie Nell-Ulrich.

Kurhaus Passugg 3/4 Std. ob Chur

Komfortables Hotel mit 175 Betten. Eröffnung 1. Mai. Angenehmster Frühjahrs-Aufenthalt. Elektr. Zimmerheizung. — Pension inkl. Zimmer von tt. Elektr. Zimmerheizung. — Pension inkl. Zim an. Reduzierte Preise in der Vor- und Nachsaison. jahrs-Aufenthalt.

Kurmittel: Vorzügl. stark alkalische und milde Natron- und Eisensäuerlinge. Eine Jodquelle mit hohem Natrongehalt. Stahl-, Sool- u. Kohlen-säurebäder, 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 Alkönolmissbrauch, Drüsenleiden, Kropfbildung, Skrofulose, Verkalkung der Adern; Glaskörpertrübungen. — Kurgemässe Küche. Kurtisch für Diabetiker und Magenkranke.

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.

Appenzell I.-Rh.

Bad-, Molken- und Kuranstalt.

Eröffnung 1. Juni 1908. 876 m ü. M.

Station der Appenzellerbahn. Telephon. Wasser stark eisenhaltig, eignet sich daher vorzüglich zu Trinkkuren und zwar in allen Fällen, in denen eisenhaltige Mineralien indiziert sind. Die Bäder sind durch viele Erfahrungen berühmt, besonders für hartnäckige chronische Rheumatismen aller At. Aeusserst milde Lage, frische, reine Alpenluft. Molken, Kuh- und Ziegenmilch aus eigener Alp. Dampf- und Douchenbäder. Soolbäder und andere chem Zusätze. Schattige Promenaden, Tannenwälder, schöne Ausflüge und Gebirgstouren. Kurarzt: Dr. Hildebrand in Appenzell. Sorgfältige Bedienung, gute Küche, frisch renovierte Zimmer mit elektrischer Beleuchtung. Pensionspreis Fr. 5.—bis 5.50; vier Mahlzeiten, alles inbegriffen. Prospekt wird franko zugesandt. — Es empfiehlt sich auch Touristen und Passanten bestens 662] (D 12,139)

Joh. Elser-Sager.

Druckarbeiten jeder Art

in einfachster und feinster Ausführung Buchdruckerei Merkur, St. Gallen.

Ein intelligentes und ternlustiges junges Mädchen, welches sich in den Hausarbeiten tüchtig machen und auch das Kochen erlernen will, findet hiezu Gelegenheit unter freundlicher Anteitung und Mitarbeit der Hausfrau. Familienanschluss. Jahresgratifkation bei entsprechenden Leistungen. Vertrauenswürdiger, guter Charakter, was durch Zeugnisse oder Empfehlungen achtungswerter Personen nachzuweisen ist. Offerten unt. Chiffre Z 431 befördert die Expedition.

iner geübten Damenwäsche-Weissnäherin, die erholungsbedürftig ist,
wäre Gelegenheit gebolen, im Hochgebirge längere Zeit leichtere Beschäftigung zu finden. Nähere Angaben unter Chiffre AF 651 befördert
die Expedition. (651 die Expedition.

Eine junge Tochler, deren geistiger und körperlicher Entwicklung daheim nicht die nötige Aufmerksamkeit gewidmet werden kann, oder deren Leitung sich daheim Schwierigkeiten entgegensetzen, wird in verständnisvolle Spezialereiehung genommen. Gute Resultate. Gest. Anfragen übermittelt die Expedition sub Chissre TV 191.

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

Junge, gebildete Tochter, 19 Jahre alt, aus achtbarer Familie, evang., die kürzlich das Diplom als Kindergärlnerin erworben,

sucht passende Jahresev. auch Saisonstelle

zu einem oder mehreren Kindern. Offerten unter Chiffre W 43 G an Haasenstein & Vogler, Wattwil, Toggen-

Rovio (Luganersee)
381] 502 m ü. M. Durch den Generoso
gegen Osten und die S. Agatha gegen
Norden geschützt. Das ganze Jahr zum
Kuraufenthalt für Deutschsohweizer gesiemet Milde. staubfreie Luft. Neubau Kuraufenthalt für Deutschschweizer geeignet. Milde, staubfreie Luft. Neubau mit modernem Komfort. Zentralheizung, Bäder, engl. Closets, Zimmer nach Süden. Bescheidene Pensionspreise. Im Hause wird deutsch gesprochen. Prospekte gratis und franko. Kurhaus Pension Monte Generoso (familie Blank) in Rovio (Luganersee).

Genf Franz. Töchter-Pensionat [644 jährlich Mk. 1000.—. Mmes. Huguenin, Italie 9.

Graphologie.

605] Charakterbeurteilung aus der Handschrift. Skizze Fr. 1,10 in Briefmarken oder per Nachnahme.

Grapholog. Bureau Olten.

Briefkasten der Redaktion.

Junge Sausfrau in 5. Es ist wirklich ungerecht, wenn Sie das Mißgeschick mit der Wäsche Ihrem Dienstmäden zur Last legen wollen, denn das hat von einem Standpunkte aus sein beftes getan. Unersahren und unselbständig, so wie es von daheim kam, muß es doch schon eine Leistung genannt werden, daß es eine größere Wäsche zum altellte und fertig machte, ohne jedwede Jülfe. Wie konnte das Kind, das daheim neben der Schule bei den Hausgeschäften höchstens bei gegebenen Arbeiten mechanisch Hand anlegen mußte, wissen, daß zartfarbige Sachen nicht an die Sonne gehängt werden dürfen und an die erste, bleichsträtige Sachen nicht an die Sonne gehängt werden dürfen und an die erste, bleichsträtige Sache der alten Wochenpslegerin gewesen, die unbedingt so viel Zeit hätte erübrigen können neben der Psiege der Wöchnerin und des Erstgebornen. Eine solche Wochenpslegerin in einem ungen Jausbalt ist, wenn ein Dienstmädschen sür de Jaus und Keinigungsarbeiten da ist, durchaus nicht voll beschäftigt, ganz besonders nicht, wenn das Essen in sellen in der Ausschaft werden nun. Es müßte denn nur sein, das is Wöchnerin selbst an die Psiegerin sindst werden nus. Es müßte denn nur sein, das is Wöchnerin selbst an die Psiegerin sindsschaft indelich Unsorderungen stellte, so, als wäre ihr allein Unerhörtes geschehen. Seien Sie also gerecht und suchen Sie den Fehler da, wo er wirklich ist. Der Aerger und der entstandene Schaden mögen Ihnen eine Lehre sein sie als gerecht und suchen Sie den Fehler da, wo er wirklich ist. Der Aerger und der entstandene Schaden mögen Ihnen eine Lehre sein sie als gerecht und unentschiedenen

A. A. in L. Es mag viel zur Abklärung der eigenen, noch unenkschiedenen Meinungen Unsicht beitragen, wenn man über einen und denselben Punkt verschiedenen Meinungen Unbesangener hören kann; s. 3. B. durch den Sprechsal unseres Blattes. Ganz anders aber kellt sich die Sache, wenn eine einzelne, der Sache und den Verhältenissen gegen der kellt sich die Sache, wenn eine einzelne, der Sache und den Verhältenissen gegen der kellt sich die Sache, wenn eine einzelne, der Sache und den Verhältenissen zur der kellt sich die Sache, wenn eine einzelne, der Sache und den Verhältenissen zur der Verhalten foll. Wer über Lebensersahrung und Menschenkenntnis versigt, der wird solche Verantwortung niemals auf sich laden. Die Erschütung elekt, das solches der verhalten gewissen abeiten abeiten abeiten geringlien Felhschlag soszen die volle der Abhürden und die beratende Versone beim geringlien Felhschlag soszen die volle der Abhürden der Belhberbaltung. Selbst kennt man seine eigenen Verhältuisse inwendig und duswendig am besten, also muß man selber zu einer gewissen Kacheit gelangen sur derste zu weiteren Abstätung der Frage stellen wir Ihren gern den Sprechsal zur Verfügung. Über warnen möchten wir Sie davor, in Ihren gern den Sprechsal zu Lerfügung. Aber warnen möchten wir Sie davor, in Ihren gewohnten Miteisungsbedürfnis mit Freundinnen und Rachbarinnen die Angelegenheit immer neu zu erörtern. Das Lähmt nicht nur die Tattraft, sondern sührt oft sonst Unannehmelichkeiten im Gefolge. lichkeiten im Befolge.

lichfeiten im Gesolge.
Freue Abonnentin in Is. Es ift eine sehr schlechte Gepslogenheit und sollte von den Eltern dirett verboten werden, daß junge Mädchen, die täglich mehrmals einen bestimmten Weg auf der Bahn zurücklegen müssen, diese Zeit zum Fördern einer Häckels oder Stickarbeit verwenden. Bei der beständig zitternden, ungleichen schwanzen und in feiner Weise berechendaren Bewegung, welche die schrenden Wagen den Händen der Arbeitenden mitteilen. ist es dem Auge unwöglich, ein sicheres Ziel zu sassen und diese Suchen ins Unsicher ist für die Augen etwas geradezu Mörderisches. Eine gewöhnliche Strickerei, die man aussiühren tann, ohne eigentlich der Augen dazu zu bedürfen und wobei man den Alich ausruhend ins Weite schweisen schwas Kütsliches getan zu haben.

28. 34. in 3. Das Eingesandte kann aus technischen Gründen sür die lausen der Kummer nicht mehr ausgenommen werden.



Sprenger-Bernet,

"Pilgerhof" 48 Neugasse 48 Fabrik: (Za G 852) Konkordiastr. 3

L. Antönien

bei Küblis

Graubünden 1420 m über Meer

Hotel Weiss Kreuz

Ruhiger, idyllisch gelegener Alpenkurort. Pension mit Zimmer von 5 Fr. an. Pr spekte

Küblis w Hotel Krone, gleicher Besitzer.

lotter-Seife

Rote Schachtel.

Feinste und mildeste Toilettenseife.



Sterilisierte Berner Alpen-Milch vorzügliche

Kindermilch.

In Apotheken.

Hochglanzfett



ist das beste.

Pension Edelweiss

= Beckenried. =

694] Herrliche Lage am Vierwaldstättersee. Für Erholungsbedürftige ruhiger, angenehmer Aufenthalt. **Mässige Pensionspreise.**Es empfiehlt sich

Frl. Lina Hauser.

Kt. Graubünden. — 1000 m ü. M.

Saison Juni bis September. Der eisenhaltige Natronsäuerling, der von jeher hochgeschätzten

Heilquelle von Fideris

wird zu Trinkkuren empfohlen: Blutarmen, Magen-, Hals- und Nieren-kranken, sowie Rekonvaleszenten. [659

Mineralbäder, Moorbäder, Rohlensäurebäder.

Prospekt und Erledigung von Anfragen durch (Zà 1936 g) Kurarzt: Dr. med. R. Hugentobler. Die Badedirektion: B. Ziltener.

Viel Geld verdienen 🦡

695] können intelligente Personen, auch Frauen, allerorts durch schriftliche Arbeiten
(Besorgung von Auskünften, Adressen, Beobachtungen etc.) Dauerndes, schönes Nebeneinkommen für nur absolut zuverlässige Leute. Näheres schriftlich gegen Rückmarke:

C. Langenegger, Auskunftei Rüti-Riggisberg (Kant. Bern).

Dr. med. Bucks Nährsalz-Frucht-Kakao

entspricht den Grundsätzen modern. hygien. Diätetik und ist ein vollwertiges und ergiebiges Nahrungsmittel. Verlangen Sie Proben und Prospekte gratis von der Firma (A 1628 K)

F. Zahner & Co., Kreuzlingen.

679 | Solventen Personen ist Gelegenheit geboten, sich durch den Verkauf eines Nahrungs- und Genussmittels

hohen Verdienst

Offerten unter Chiffre, Guter Verdienst" zu erwerben. Offerten unter Chi O H 8727 "Guter Verdien postlagernd Missionstrasse, Basel.



der inseriert erfolgreichsten u. billigsten durch die

Hnnoncen-Expedition Otto Ruegg Rapperswil (Zürichsee).

Hochglanzfett



rühmen alle sehr.

Die Lebenskunft.

Gin alter Spruch besagt, der Mensch solle so seben, wie er es bei seinem Tode münschen werde, gesett zu haben. Der Meisheit dieser Worte nachzutommen, ist nicht ganz leicht. Man muß Lebenskünstler sein, um am Schlussen seinen Gewinn verzeichnen zu können. Bas durch eine tunktoolle Behandlung des Lebens erreicht werden soll, ist Harmonie, ein Gleichgewicht des körperlichen und gestitigen Lebens. Drei Grundgesetz, die tief in der seelisch-förperlichen Natur des Menschen, beite für der seinigen Lebens. Drei Grundgesetz, die in der seinigen bezuschen. Diese Grundgesetz sassen die nich müssen der gewörtern lebung, Abwechstung und Mäßigteit bezeichnen. In einem Vortrag, den Dr. Paul Candmann im Berein für össenliches Gesundbestispslege zu Mürnderg über die Lebenskunst gehalten hat, äußerte er sich zunächst über die Vedentung der Lebung für den Organismus. Sit is eine wissenschaftlich selstschaftlich zur der Altägkeit war, verlagt den Dieust und der Tätigkeit den anderen Organen. Die Lungen, das Herz, die Jauen müssen der Lebung. Das Gehirn muß densen, die Jähne müssen zu klugen müssen gehust werden, die Augen müssen gestliverständlich müssen auch die geistigen Fähigkeiten geübt werden.

Wer seine Fähigseiten kennt, sie durch Uedung zu entwickeln und zu verwerten weiß, der schafft sich immer aufs neue glückliche Stunden und ungeahnte Benüsse. Da aber ziede Actigeitei ermüdet und abstumpst, so muß sir Abwechslung gesorgt werden. Dies gilt sir alle Gebiete: in der körperlichen Arbeit, in der Ernährung, in der gestissen Tätigkeit und auch beim Vergnügen muß der Mensch Abwechslung haben. Se sist körich, sich durch einseitige Tätigkeit und auch beim Vergnügen muß der Wensch Abwechslung haben. Se sist körich, sich durch einseitige Tätigkeit zu erschöpfen, denn durch Abwechslung wird die Leistungsfähigkeit nicht nur erhalten, sondern vielnnehr erhöht. Die Natur ist unerholten, sondern sollte jeder ihrem Winte sogen und nicht Unmögliches zu erzwingen suchen. Wit dem Gebot der Abwechslung hängt die britte Korderung der Mäßigkeit eng zusammen. In der Kroeit darf es nicht zu einer jo starken Ermüdung sommen, das sie Widerwillen gegen die Arbeit erzeugt. Das Ausruhen darf nicht zum Fausenzen werden, das Spiel nicht in Leidenschaft ausarten, der Sport nicht zur Manie werden. Auch in der Ernährung is Mäßigkeit anzustreben, sowohl in Bezug auf die Wenge als auch der Arten und Hormen der Nahrungsmittel. Daß der Mensch nicht nur seinen Nahrungsmittel. Daß der Mensch nicht nur seinen Nahrungsmittel. Daß der Mensch nicht nur seinen Nahrungsmittel, sondern auch andere Triebe seiner animalen Natur zügeln muß, wenn er sich sein seelische sen der Hähren will, liegt auf der Hand. Aber auch dort, wo es sich um sogenannte höh re Triebe, wie z. B. den Chryseiz, handelt, hat der Eedenstünkter Selbszucht zu üben. Ueder jedem toten Schena der Mäßigkeit, über der ganzen persönlichen Hygiene muß aber das Gebot ber gangen perfonlichen Sygiene muß aber bas Bebot

des Individualisierens stehen. Die denkende Betrachtung des Individualiteren steigen. Die Borbedingung aller gebenstunft und bes Lebens ift die Borbedingung aller Lebenstunft und mithin alles menschlichen Glücks. Bon allem, was der Mensch tut und was er genießt, muß er sich Rechenschaft ablegen.

Abgerissene Gedanken.

Biele haben es zu nichts gebracht, weil sie sich nie zu einer Dummheit herbeiließen.

Rlavierspiel onne Notenkenntnis und ohne Noten! Richt viele Neuheiten auf musikalischem Ge-biete dürften solches Ausseinen erregen, wie die neueste Auflage des unter obigem Titel erschienenen Systems, handelt es sich doch um die Erkernung des Klavier-spiels ohne Noten- oder sonstige Vorkenntnisse duck-gelbstunterricht. Der Ersinder, Kapellmeister Theodor Balther in Altona, hat mehrere Jahre gebraucht, um die Wethode auf die jezige Einsachheit und Höhe, und denne weiteres, lediglich durch Besolgung der Erklärung, seine Lieblingslieder selbst einsiden, do die Westhode so leicht gehalten ist, das sie ohne Milse von jedermann sosort verstanden wird. Hest und 2 mit 6 beliebten Liedern besorgt auf Wunsch für Mt. 2.50 die Expedition bieser zeitung unter Nachnahme des Betrages. [556 diefer Zeitung unter Nachnahme des Betrages.

O. WALTER-OBRECHT'S



ist der Beste Horn-Frisierkamm

Aecht

Holländischer

HAFER-

KAKAO

Ueberall erhältlich.

395

Reeses Backpulver

FABRIK-NIEDERLAGE: Schmidt & Kern,

Jnserate

in alle hiesigen, schweizerischen und ausländischen

Zeitungen

besorgt zuverlässig und billig

die Annoncen-Expedition

Rapperswil (Zürichsee).

Strengste Diskretion

bei Chiffre - Inseraten.

543] Das beste und erfolgreichste und zu-

Kräftigungsmittel

(B 11.853)

Schwächliche Kinder Blutarme und nervöse Erwachsene Magen- und Darmleidende.

NB. Man verlange ausdrücklich die Marke "PARADIESVOGEL", überall erhältl., aber nur in gelben Packungen, je 1/4 Pfd. zu **50** Cts. p. Packung.

Engrosverkauf für die Schweiz:

Cochius & Co., Basel

348

Verlangen Sie gratis den neuen Katalog 1200 photogr. Abbildungen über garantierte Uhren, Gold- und Silber-Waren

271

A. Leicht-Mayer & Cie. LUZERN

bei der Hofkirche

ilh. Gräb Zürich Crittligaffe 4

Unr garantiert folide Ware.

Illuftr. Katalog

340

(Zà

1264

e

gratis und franto enth. 400 Artifel 3. B

Urbeiterschuhe, ftart . Manus Schnürftiefel fehr ftart. Manus Schnürftiefel 9.-

elegant mit Rappen 9.4 Franen Bantoffeln . 2 .-

Franen Schnüftleiel Franen Schnüftleiel sehr fart 6.40 Franen Schnüftleiel elegant mit Kappen 7.20 Knaben und Töchter schube Ro. 28–29 schube Ro. 30–35 5.20

Berfand gegen Rachnahme. Streng reelle Bedienung. Franto Umtaufch bei Richtpaffen. Gegr. 1880.

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. ton-

aromatisch, kräftig, ausgiebig.

Jährlicher Absatz in Grossbritannien allein über 100 Millionen Pakete! Grösste Verbreitung in allen Erdteilen.

Erhältlich

(H 2766 Z)

in den meisten Lebensmittel-Geschäften.

Cacao De

Königi, holland, Hoflieferant, Goldene Medaille Weltausstellung Paris 1900, St. Louis 1904 etc.

Grand prix Hors Concours

Hygienische Ausstellung Parls 1901.

Garantiert rein, leicht löslich, nahrhaft, ergiebig, köst(1598 S) licher Geschmack, feinstes Aroma. [455



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

trinke Enrilo

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





CARTIEN GESELLSCHAFT

En gros durch Paul Widemann, Zürich II.

Die ganze Schweiz hallt

fortwährend wider von den bittern Klagen jener, die mit ihren gekauften Schuhen unzufrieden sind. Haben jene Unzufriedenen noch nicht herausgefunden, dass diese Klagen verstummen, wenn sie sich an das bekannte

Schuhwaren-Versandtgeschäft

Rud. Hirt, Lenzburg

(201 1101 0)	wenden.				[550	
Ich versende:						
Mannswerktagslaschenschuhe Ia		N^{o}	39/48	Fr.	7.80	
Mannswerktagsschuhe, Haken Ia		23		.,,	9. —	
Herrensonntagsschuhe, solid und elegant		,,	"	"	9.50	
Frauensonntagsschuhe "		"	36/42	.,,	7.20	
Frauenwerktagsschuhe, solid		"	,,	"	6.30	
	terschuhe, beschlagen	"	26/29	"	4.20	
Knaben- u. Töch		"	30/35	,,	5.20	
Knabenschuhe,	beschlagen	"	36/39	,,	6.80	

Verlangen Sie bitte Preis-Courant mit über 300 Abbildungen. Garantie für jedes Paar.

Was ist

BONUM ist ein Reformwaschmittel, das die gesamte Arbeit bei der Wäsche auf folgendes beschränkt: BONUM in Wasser auflösen, die schmutzige Wäsche hineinlegen und aufkochen, worauf sie untadelig rein und weiss wieder herausgenommen wird. Es gibt keine Vorbereitungen, kein Einweichen, kein Reiben, daher auch fremde Hilfe und Waschmaschine überflüssig sind. BONUM ist absolut unschädlich und schont die Wäsche mehr, als das die Fasern zermürbende Reiben mit Seife. Das Waschen mit BONUM ist heute die einzig richtige Art zu waschen, denn es bedeutet

Reine Wäsche ohne Arbeit.

Erhältlich in allen Spezereihandlungen. Grosse Büchse für 50-60 Liter Wasser Fr. 1.20. Kleine Büchse für 20-25 Liter Wasser Fr. - 60.



Sanguisat "Richter"

wirkt appetitanregend, nervenstärkend und blutbildend. **Die beste Kur** für blutarme und bleichsüchtige Kinder und Erwachsene. Aerztlich bestens empfohlen.

Preis per Flasche Fr. 3.75 in den Apotheken. [617]

Rosalin
Gesetzlich geschützt.

gibt sofort natürlich rosige Gesichtsfarbe. Keine Schminke.
Garantiert unsichtbare. unschädliche Andwendung.
Schachtel, 1 Jahr reichend, å fr. 4.50 diskret versendet
gegen Nachnahme
Frau A. G. Spillmann, Waltersbachstr. 1, Zürich IV.



Unübertrefflich. Albert'sche Universal-Garten- und Blumen-Dünger

(Reine Pflanzen-Nährsalze nach Vorschrift von Prof. Dr. Wagner.)

Zu haben bei:

Droquisten -

Handelsgärtnern Samenhandlungen

Wo nicht erhältlich, wende man sich direkt

an:

billigerem Preis! Die General-Agenturen: [t für die Ost- und Urschweiz: Georg Streiff in Winterthur. Müller & Cie., in Zofingen.

mit Patent-Verschluss:

Dose v. $^{1}/_{2}$ Kg. netto Fr. 1.40

25 und 50 Kg. zu bedeutend

1 ,, ., , 2.— 5 ,, brutto ,, 6.50 ferner in Säcken von

Kleine Probedose à 80 Cts.

Wiederverkäufer gesucht.



Elchina für **Gesunde**. Elchina regelmässig genommen, stärkt den Gesamtorganismus. Befähigt zu anstrengenden körperlichen und geisigen Arbeiten. Schützt vor Ermüdung. Macht widerstandsfähig gegen schädigende Einflüsse. In den Apotheken p. Flasche Fr 250. [508

