

**Zeitschrift:** Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis  
**Band:** 33 (1911)  
**Heft:** 34

**Anhang:** Beilage zu Nr. 34 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:** 23.02.2026

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



öffentliche Meinung nach und nach die Renommierexerei als lächerlichen Auswuchs mißbilligt. Wenn solche „Helden“ unbeachtet bleiben, so versiegts ihnen ein notwendiges Lebenselement und die Folge wird sein, daß wir im Gebirge wieder mehr dem richtigen Berggänger begegnen und die Unglücksfälle, die direkten oder indirekt verursachten, sich erheblich reduzieren.

Nur des können wir als richtigen Alpinisten anerkennen, der in zielbewußter Schüfung nach und nach die nötigen Kenntnisse erwirkt und seinen Körper systematisch füllt, der verantworten kann, was er beginnt, der im Gebirge Höheres sucht als die Befriedigung seiner Eitelkeit, und sich dementsprechend auch aufhält. Ein bescheidenes Straußlein auf dem Hut, fröhlich vor und nach der Arbeit, ernst und seines Tuns bewußt, wenn er an der Arbeit ist, so wünschen wir den echten Alpinisten. Wie aber unternehmen er eine Aufgabe, wenn er sich derselben nicht gewachsen fühlt.

Den Eltern aber möchten wir die bringende Mahnung zurufen: lasst eure Knaben und Mädchen nicht zu früh ohne fähige Begleiter ins Gebirge ziehen und wenn ihr auf die moralische Qualität der Mitberggänger ein wachsam Auge habt, so tut ihr euch und eurer Jugend einen großen Dienst, denn alleweiß hat das Lied: „Auf der Alm, da gibt's kein Sünd“, doch nicht Gültigkeit.

Wenn vorstehende Zeilen bewirken, daß allmählich

ein besserer Wind in unsere Alpsteinberggängerei bläst, so freuen sich am meisten die unterzeichneten Bergvereine.

Am August 1911.

Sektion Samoë des Schweizer. Alpenklub.  
Sektion Rhein des Schweizer. Alpenklub.  
Sektion Börsbach des Schweizer. Alpenklub.  
Sektion Sankt Gallen des Schweizer. Alpenklub.  
Sektion St. Gallen des Schweizer. Alpenklub.  
Touristenklub Edelweiss St. Gallen.

### Worum der Mensch im Alter kleiner wird?

Wenn man davon spricht, daß der Mensch im Alter kleiner wird, so denkt man gewöhnlich nur an die gebückte Haltung der Greise. Wenig bekannt ist, daß der Körper etwa vom 50. Lebensjahr angefangen wirklich kleiner wird; die Abnahme kann bis zum 80. Jahre 7 cm betragen. Die Ursache liegt darin, daß die zwischen den Wirbelsäulen liegenden knorpeligen Bandscheiben dünner werden, wodurch die Wirbelsäule, das früheren Gerüst des Oberkörpers, eben um das angegebene Maß kürzer wird und mit ihr natürlich auch der ganze Mensch. Ebenso, das ist allerding bekannter, nimmt im Alter das Gewicht ab, was mit dem rückschreitenden Ernährungsprozeß zusammenhängt.

### Obst für die Kinder.

Der Obstgenuss ist für die Kinder nicht nur nützlich und förderlich, er ist, wie Dr. Reiter in Mannheim im „Arzt als Erzieher“ ausführt, geradezu unentbehrlich. Keine Mutter kann ihrem Kind auf die Dauer das Obst entziehen, ohne eine Schädigung an der Gesundheit des Kindes zu riskieren. Ob bei der Auswahl des Obstes diese oder jene Frucht den Vortzug vor der anderen verdient, spielt keine Rolle, man müsse ordentlich die kurze Zeit aus, wo es frisches Obst gibt. Die Ballerinen auf dem Obst sind, was die Entstehung von Krankheiten anbelangt, nicht von Bedeutung. Fälle, wo durch Obst eine Krankheit übertragen worden wäre, sind ebenso verhältnismäßig unbekannt, wie beim Genuss von Brot, Brötchen oder ähnlichem. Hygienische Gründe liegen demnach für das Schälen und Waschen des in der Stadt käuflichen Obstes nicht vor. Etwas anderes ist es mit den, aus gewissen Reinheitsrücksichten entstehenden Motiven; wenn jemand Obst, weil es durch so und so viele Hände hindurchgegangen ist, nicht ungeschält oder gewaschen essen will, so läßt sich ein solches ästhetisches Empfinden begreifen. Auch die Behauptung ist nicht richtig, daß die Schalen des Obstes dem Kind schaden könnten. Dr. Reiter läßt die Kinder das Obst ruhig, mit einem Löffel vorher abgerieben, ungeschält essen;

### Gebildetes Fräulein

oder jüngere Witwe ohne Kinder findet Vertrauensstelle als selbständige Leiterin des Hauswesens in kleiner, guter Familie. Tüchtigkeit im Haushalt, gesundes Wesen, froher Charakter und sympathisches Auftreten erforderlich. Einfamilienhaus in schöner Lage auf dem Lande. Sehr angenehme Stellung. Bewerbung mit Zeugnissen, Bericht über bisherige Tätigkeit und Photographie unter Chiffre W 2493 an die Expedition d. Bl.

Eine Tochter von 24 Jahren, sehr gut erzogen und an gewissenhafte Tätigkeit gewöhnt, wünscht Stellung zu einem Arzt oder Zahnarzt zum Empfang der Patienten und beruflichen Handreichungen. Diese Wirksamkeit ist ihr vertraut, da sie für zwei Jahre eine solche Stellung bekleidete. Bei zugesagter Stellung in gutem, geachtetem Hause werden keine grossen Gehaltsansprüche gemacht. Offerten unter Chiffre F V 2518 befördert die Expedition.

### Hotel-Pension Schweizerhof Süs (Unter-Engadin)

2350 Schöne, gesunde Lage am Fusse des Flüelapasses. Für Ferienaufenthalt sehr geeignet. Gute Verpflegung. Mässige Preise. Prospekte gratis. Wwe. M. Vetsch, Propri.

Gebildete Deutschschweizerin aus sehr gutem Hause, geübte Krankenpflegerin, bis dato aber nur aus Neigung die Pflege ausübend, sehr kinderliebend, den Betrieb eines Sanatoriums bereits einigermaßen kennend, wünscht sich in die Leitung eines solchen oder eventl. einer Klinik noch mehr einzuarbeiten. Würde eventuell bei Familie eines tüchtigen, vielbeschäftigte Landarztes zur Mithilfe in Apotheke, Sprechstunden u. kleinen Operationen eintreten. Suchendes Fräulein ist der Landessprachen mächtig, in Küche und Haushalt tüchtig, sowie von Hause aus an den Umgang mit viel Personal gewöhnt. Referenzen und Photographie zur Verfügung. Offerten unter Nr. 2488 an die Exp.

### Ferien-Aufenthalt.

Bei Beamtenwitwe, am Zürichberg wohnend, finden 2 Fräulein od. Dame mit 1-2 Kindern sehr angenehmen Ferienaufenthalt. Wenn gewünscht, zeitweise Begleitung. Grosses Zimmer mit prächtiger Aussicht. Beste Referenzen. Offerten unter Chiffre S 2460 befördert die Expedition des Blattes.

### Citrovin

ist für  
Gesunde u. Kranke  
bekömmlicher als Ewig  
CITROVIN FABRIK SITTERDORF  
THURGAU

### Anleitung

#### Haarausfall

zum Stillstande gebracht, wie demselben vorgebeugt, der

#### volle Haar- und Bartwuchs

wieder erlangt werden kann, erhält Jedermann gegen Einsendung von Fr. 2.— in Briefmarken oder gegen Nachnahme.

Die Anleitung ist von einem Laien geschrieben, der nach unendlichen Mühen den Weg zur erfolgreichen Bekämpfung dieser Krankheiten gefunden und den überraschenden Erfolg an sich selbst erlebt hat.

Anchrift Postfach 18,275, Zürich.

### + St. Jakobs-Balsam +

von Apotheker C. Trautmann, Basel. Hausmittel I. Rang der Universal-Heil- und Wundsalbe für Krampfadern, Hämorhoiden, offene Stellen, Fleischen. (5727 S) [2446] In allen Apotheken, Stadt u. Land à Fr. 1.25. Gen.-Depot: St. Jakobs-Apotheke, Basel.

### Echt englisch. Wunder-Balsam Marke Fridolin

#### echte Balsamtropfen

nach Klosterrezept, per Dutzend Flaschen Fr. 2.60 franko Nachnahme von [2250]

St. Fridolin-Apotheke Näfels, Markt 12. Wiederverkäufer Vorzugspreise.

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

### Abonnements-Einladung.

Wir laden hiermit zum Abonnement auf die

### Schweizer Frauen-Zeitung.

— Organ für die Interessen der Frauennell. —

mit den Gratis-Beilagen

#### „Für die Kleine Welt“, „Koch- und Haushaltungs- schule“ mit Modeberichten

angelegenheitlich ein.

Die Schweizer Frauen-Zeitung steht im 33. Jahrgange und ist das erste und älteste Frauenblatt der Schweiz. Sie zeichnet sich aus durch reichhaltigen, interessanten, lehrreichen Lesestoff und wird daher als bestes Blatt für den häuslichen Kreis in der ganzen Schweiz geschätzt.

Die Schweizer Frauen-Zeitung kostet pro Quartal nur Fr. 1.50 und sollte als beste häusliche Lektüre in keiner Haushaltung mehr fehlen.

Bestellungen werden jederzeit entgegen genommen und sind dieselben zu richten an die Administration in St. Gallen.

Hochachtungsvoll

Verlag der  
Schweizer Frauen-Zeitung.

2182]

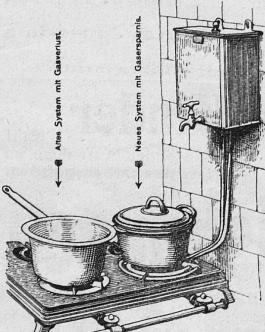


### Für Mädchen und Frauen!

2186) Verlangen Sie bei Ausbleiben und sonstigen Störungen bestimmter Vorgänge gratis Prospekt od. direkt unser neues, unschädliches, ärztlich empfohlenes, sehr erfolgreiches Mittel à 4 Fr. Garantiert grösste Diskretion. St. Afra Laboratorium, Zürich, Neumünster. Postf. 13104.



Visit-, Gratulations- und Verlobungskarten  
erfert schnell und billig  
Buchdruckerei Merkur in St. Gallen.



### Pat. Wasserschiff

für Gasherde, Gas- und Petrolapparate

Praktische Neuheit.

+ 4950. Elegant. erstkl. Fabrikat  
ohne mehr Gas- u. Petrolverbrauch, während des Kochens genügend heißes Wasser.  
80% Gasersparnis erwirkt man durch Anschaffung des Pat. Wasserschiffes.

Jede kluge, sparsame Hausfrau beeile sich, das wirklich praktische Wasserschiff anzuschaffen, die geringen Ankaufskosten machen sich in kurzer Zeit bezahlt.

Verlangen Sie Prospekte mit Preisliste.

Wilh. Locher-Buschor

mechan. Kupferschmiede [2515]  
Oberegg, Appenzell I-R.

wenn die Schale eine Wirkung ausübt, so ist das eine nützliche, indem die Verdauung dadurch günstig beeinflusst wird. Ein ordentliches Abwaschen des Obstes dürfte hierbei wohl dem Reinlichkeitssinn genügen. Man darf bei dem Speisezettel der Kinder nicht zu wählerisch sein und nicht nur solche Gerichte darreichen, die nahrhaft und kräftig sind. Bei einem derartigen Vorgehen vermeidet man die Kinder zu sehr; man muß ihnen dagegen auch solche Kost geben, deren Bewältigung eine gewisse Arbeit fordert, die Verdauungskräfte stärkt und abhärtet. Dazu gehört auch das Obst; wenn man dabei die Kinder das Obst mit der Schale oder der häutigen Hülle essen läßt, so trainiert man Magen und Darm des kindlichen Organismus schon frühzeitig zu einer späteren wertvollen Widerstandsfähigkeit.

Neben der warmen Empfehlung des Obstgenusses für die Kinder muß aber doch darauf aufmerksam gemacht werden, daß das Obst den Kindern nicht ohne Kontrolle zugänglich gemacht werden darf. Bekanntlich kennen die jungen Leckermäulchen kein Maß und kein Ziel und sie essen von den Früchten solange, bis die Zunge nicht mehr kann. Dann hat der Magen aber bereits zu viel, was zur heißen Jahreszeit besonders kritisch ist. Es heißt für gewöhnlich, das Obst sei

**Den. Bewegliche Klaviatur. Patent Ar. 56,464.**

Unentbehrlich für Anfänger und alle die leicht vom Blatte lesen wollen. [2376]

Berlauf, die Schachtel zu Fr. 1.— und Fr. 1.75 franco, bei Herrn Philipp Gofin, Les Grattes s. Rochefort, bei Reuchatet, oder bei der Expedition der Schweizer Frauenzeitung.

durstlöschend. Es gibt aber Erwachsene und Kinder, die vom Obstessen Durst bekommen. Sind die Letzteren nun nicht an strikten Gehorsam gewöhnt oder wird das Verlangen zu groß, so geht es vom Obst eben zum Wasser und vom Wasser zum Obst, was so manches blühende Leben mit dem Tode bilden muß. Den Kindern muß das Obst zugemessen werden und es ist zweckmäßig, ihnen gleichzeitig Brot zu reichen, das sie neben dem Obst verzehren müssen. Vorsicht ist die Mutter der Weisheit!

### Von den Frauen in Agadir.

Infolge der kriegerischen Vorgänge in Marokko, ist der Name der dortigen Hafenstadt Agadir oft in den Zeitungen zu lesen und es ist interessant zu vernehmen, wie sich das Frauenleben in jener Gegend gestaltet. Es wird davon berichtet:

„Wie in allen afrikanischen Landstrichen, wo der Mohammedanismus nur ein äußerlicher Fornix geblieben ist, unter dem die alte Volkgötterei weiterlebt, genießen auch die Frauen von Agadir und der Süßprovinz manche Freiheiten, die ihnen in Fez und Marakesch streng verneht sind. Besonders die aus dem Hochland und den Landschaften jenseits des Antiatlas stammenden Bergfrauen sind hier nicht wie bei den Mauern ein entwürdigtes Instrument zur Fortpflanzung, sondern Frauen im schönen Sinn des Wortes und geachtete Heiligen und Gefäthinner des Mannes, von hohem Stolzen Busche, in ihrer Jugend oft berührend schön, mit 11 oder 12 Jahren schon längst (?) Mütter und dementsprechend zeitig alternd. Die Frauen dieser Hirtenstämme, die die Herrschaft des Sultans gar nicht an-

erkennen, üben in ihren Familien oft ein Regiment aus, dem sich der Mann bedingungslos beugt, und sprechen in Familienangelegenheiten fast immer ein sehr gewichtiges Wort. Ohne die im Norden übliche tiefe Verhüllung und Verschleierung, die die Marokkanerin so oft einem von einem Leinentuch umwobenen, manchmal ähnlich macht, schauen sie hier in leichtgeschürter Gewandung mit freien, lachenden Augen in die Welt und freuen sich sichtlich, wenn sie merken, daß ihre Erscheinung Bewunderung erregt. Die Frauen und Mädchen aus dem Volke tragen ein kurzes, weiches Unterhemd, darüber ein langes Oberhemd von roter oder blauer Farbe und abermals darüber den aus Wolle gewebten weißen oder blauen Gauf. Die Frauen der wohlhabenden Familie dagegen legen in ihrer Bekleidung kein geringes Raffinement: Seidenes Hemd, weite, blaue oder gelbe Bluderhosen, rotes Wieder und ein goldgesticktes Fächer von blauer oder roter Farbe, dazu dann noch ein Übergewand aus grauer, durchsichtiger Seide. Wenn man jedoch nach der Sauberkeit in der Körperpflege fragt, dann verbüllt der Kunzige am besten schaudernd und schweigend sein Haupt.“

### GALACTINA

Alpen-Milch-Mehl

Beste Kinder-Nahrung.

Die Büchse Fr. 1.30. [2191]



### Damenbinden

(Monatsbinden)

waschbar, aus weichem Frottierstoff, das einfachste, solideste und angenehmste im Tragen. — Per Stück 80 Cts.; dazu passende Gürtel per Stück Fr. 1.30. — Der Artikel wird auf Wunsch zur Ansicht gesandt.

Diskreter Versand von

**Otto Stähelin-Fröhlich**  
2226] Wäschegebschaft  
Bürglen (Kant. Thurgau).

### Der Stolz des Weibes



Lass mich Dein Haar küssen!

### JAVOL

schaft langes, volles, üppiges, weiches seidiges, duftiges Haar. Beseitigt Haarausfall und Kopfschuppen Seit vielen Jahren stets bewährt

**JAVOL** „fetthaltig“ Fr. 3.50

**JAVOL** „fettfrei“ 3.50

**JAVOL-SHAMPOO** (Kopfwaschpulver) — 25

In allen einschlägigen Geschäften erhältlich, wo nicht, wende man sich an das Haupt-Depot:

**M. Wirz-Loew, Basel.** [2071]

RUDOLF MOSSE

grösste Annoncen-Expedition des Kontinents

(gegründet 1867). [2405]

### ZÜRICH

Aarau — Basel — Bern — Biel — Chur — St. Gallen — Glarus — Luzern — Schaffhausen — Solothurn.

Berlin — Frankfurt a/M. — Wien etc. empfiehlt sich zur Besorgung von

**Inseraten** in alle schweizerischen und ausländischen Zeitschriften, Fachzeitschriften, Kalender etc. zu Originalpreisen und ohne alle Nebenkosten.

Bei grösseren Aufträgen höchster Rabatt.

Geschäftsprinzip: Prompte, exakte und solide Bedienung. Diskretion!

Zeitungskatalog gratis u. franco.

**Bergmann's Lilienmilch-Seife**

von BERGMANN & ZURICH & C°

erzeugt rasiges jugendfrisches Aussehen.  
reine weiße sammelweiche Haut  
und zarten, blendend schönen Teint.

SCHUTZMARKE  
ZWEI BERGMÄNNER

2144

Hämorrhoiden!  
Magenleiden! [2428]  
Hautausschläge!

Kostenlos teile ich auf Wunsch jedem, welcher an Magen-, Verdauungs- und Stuhlbeschwerden, Blutstockungen, sowie an Hämorrhoiden, Flechten, offenen Beinen, Entzündungen etc. leidet, mit, wie zahlreiche Patienten, die oft jahrelang mit solchen Leiden behaftet waren, von diesen listigen Übeln schnell u. dauernd befreit wurden. Hunderte Dank- und Anerkennungsschreiben liegen vor.

**Krankenschwester Klara**  
Wiesbaden, Walkmühlstrasse 26.

Brüssel 1910 : Ehrendiplom.



Mailand 1906 : Goldene Medaille.

[2506]

Basel: Kohlenberg 7.

Bern: Aarbergergasse 24.

Gent: Place des Bergues 2.

Lausanne: Avenue Ruchonnet 11.

Luzern: Kramcasse 1.

Zürich: Zürcherstrasse 55.

= Nachstickmaschinen. =

### Graphologie.

2184] Charakterbeurteilung aus der Handschrift. Skizze Fr. 1.10 in Briefmarken oder per Nachnahme

Aufträge befördert die Exped. d. Bl.

### 1 Liter Suppe 3 Cts. statt 15 Cts. bei Knorr und Maggi. Ein Teller Suppe 1 Cts. statt 5 Cts. von Naturprodukten.

2511] Empfehle den tit. Hausfrauen meine schnell kochenden Hafer-, Speise- und Röstmehle, Gersten, Erbsen, Vollgries und Maismanna, alle zu 60 Rp. pro Kilo. Salat-, Speise- und Backöle, auch zum Einsieden statt Butter oder tierische Fette, zu Fr. 1.60 per Kilo. Beides lieferbar in 20 und 50 Kilo. Mehl 100 Kilo und Öl fassweise billiger. Alle Speisen und Wecken kommen mit meinen Produkten ein Drittel bis die Hälfte billiger zu stehen. Alle Mehlspeisen und Salate die Hälfte billiger.

**Witschi**, Nährprodukte, Hindelbank.

### Tuchfabrikation. Gebrüder Ackermann in Entlebuch.

Wir beeindrucken uns, unser Geschäft unserer werten Kundschaft und einem weiteren Publikum, speziell auch für Kundenarbeit, in Erinnerung zu bringen,

**Wir fabrizieren Tuch** ganz- und halbwollene Stoffe für solide Männer- und Frauenkleider und bitten, genau auf unsere Adresse

### Gebrüder Ackermann in Entlebuch

zu achten. Durch die während Jahrzehnten gesammelten Kenntnisse und Erfahrungen in der

### Tuchfabrikation

sind wir im Stande, jedermann reell zu bedienen.

Um rechtzeitig liefern zu können, bitten wir um baldige Einsendung des Spinnstoffes, Schafwolle oder auch Wollabfälle.

### Gebrüder Ackermann.

Unterlage b im Scheuern etc. von Böden etc. Da aus Holz und Gurten gefertigt, sehr leicht und solid.

Der **Knie-Schoner** schützt vor Erkältung, vor Ermüdung, die Kleider

Preis Fr. 2.50.

2360] Versand durch **A. Pfister**, Gérhardstrasse 3, Zürich.

Uentbehrlch!

### Knie-Schoner

Da reits zu Tausenden im Gebrauch, sollte in keiner Famine fehlen.

Unterlage b im Scheuern etc. von Böden etc. Da aus Holz und Gurten gefertigt, sehr leicht und solid.

Der **Knie-Schoner** schützt vor Erkältung, vor Ermüdung, die Kleider

Preis Fr. 2.50.

Geschäftsprinzip: Prompte, exakte und solide Bedienung. Diskretion!

Zeitungskatalog gratis u. franco.

### Das Mittagessen im Sommer.

In der heißen Zeit klagen viele über diese auffällige Mättigkeit nach dem Mittagessen. Diese Mättigkeit hat verschiedene Gründe. Zunächst kommt in Betracht, daß diese Menschen zu viel essen — gewöhnlich ebenso viel wie im Winter. In der kalten Jahreszeit haben wir ja durch die Nahrung die abgenutzten Körpervitamine zu ersetzen und dem Körper Material zur Umsetzung in Wärme zuzuführen. Der Bedarf für den Wärmeerlaß ist dabei sehr beträchtlich und sollte in der heißen Jahreszeit natürlich fast ganz fortfallen, da schon bei der Umsetzung der Nahrung in Arbeit nebenher Wärme in großer Menge gebildet wird. Gewöhnlich aber wird auch im Sommer warm zu Mittag gegessen und so — zumal durch häufig gegessene Suppe — dem Körper noch extra Wärme zugeführt. Durch diese Fehler wird dem Körper einerseits zu viel Arbeit aufgebürdet — nämlich die Verarbeitung der überflüssigen Nahrung und die Bevorratung der überschüssigen Wärme — und andererseits leidet er unter der Überhitzung unmittelbar.

Die Mättigkeit scheint auch noch durch übermäßigen Fleischgenuss gefördert zu werden; manche Menschen, die durchaus nicht Vegetarier sind, haben im Sommer mittags keinen Fleischhunger und verschieben daher den Genuss von Fleisch auf den Abend. Schließlich müssen wir noch an die geistigen Getränke denken. Sie machen schlapp, und das tritt bei großer Hitze noch mehr zu Tage als sonst in der fühleren Jahreszeit.

Jedenfalls sind „üppige“ Mahlzeiten nichts für den Sommer, und wir tun gut daran, wenn wir uns in dieser Jahreszeit für das Mittagessen auf leicht verdauliche und in ihrer Menge mäßige Röllchen beschränken, ja bei starker Hitze sogar kalte Speisen ohne Fleisch — etwa Gemüse, Gier- und Milchspeisen, Puddings mit Obst — vorziehen.

### Ehrenmeldung!

Von der mutigen Tat einer jungen Burgdorferin berichtet das „Burgdorfer Tagblatt“: „Es war am Freitag Abend. Auf der Terrasse des Restaurants zur Post“ sahen die Gäste und labten sich am fühlen Tropfen, als plötzlich aus dem Gewerbe Kanal eine Kinderstimme kläglich zu schreien begann. Ein dreijähriger Knabe war ins Wasser gestürzt und sofort vor der dort herrschenden kräftigen Strömung ergriffen worden. Sie zog ihn in kürzester Zeit ins schwarze Loch des Durchlasses, der bekanntlich die Unterführung des Kanals unter den Bahnhöfen der B. L. B. und der S. B. bildet. Rasch entschlossen sprang die 17jährige Tochter aus der Post, Fräulein Jordi, über das Brückenfeldänder dem Knaben nach. Sie vermochte ihn im Dunkel der Kanalunterführung zuerst nicht wahrzunehmen, hörte ihn aber wieder schreien. Zohn über Wasser haltend, gelang es dem tapferen Mädchen, den Buben bis zum Ausgang des Kanals jenseits des Bahnhofes vor sich her zu treiben, bis er endlich dem nassen Elemente entrissen werden konnte. —

### Heiratszwang.

Der französische Senat hat den Entwurf eines Heirats-Zwangsgesetzes angenommen. Bekommt der Entwurf gesetzliche Gültig, was voraussehen sei, dann darf man wohl sehr gespannt sein, ob er seinen Zweck erfüllt und zur Regelung der Bevölkerungssiffer in Frankreich beiträgt. Der „Zwang“ zu heiraten ist nur gegen die Männer gerichtet. Wer mit 25 Jahren noch als Junggesell herumläuft, muß in der Reserve und in der Landwehr Militärschulen durchmachen, und hat er sich bis zum 45. Jahr dann noch immer nicht verheiratet, bleibt er dienstpflichtig sein Leben lang. Alle Staats- und Gemeindebeamten müssen bis zum 25. Jahre verheiratet sein oder müssen den Dienst verlassen. Außer diesen „Strafen“ sind aber auch „Belohnungen“ vorgesehen. Beamte mit 3 Kindern z. B. erhalten eine Gehaltszulage von 200 Fr. für jedes Kind, außerdem sollen sie vor andern, die weniger Kinder haben, avancieren, und auch die Pension wird für jedes Kind um 100 Fr. erhöht.

[2517] Die Tuchfabrik Sennwald ist von Herrn P. Aebi und Herrn Chr. Zinsli übernommen, verbessert und erweitert worden. Es ist zu hoffen, daß unter der tüchtigen und umsichtigen Leitung dieser beiden Fachmänner die Tuchindustrie in Sennwald sich neu beleben werde. Ähnlich wie im Entlebuch werden nun auch in Sennwald alte Wollschalen (wollene Lumpen) zu solidem Tuch verarbeitet.

### Mütter und Hausfrauen

die sich eine vernünftige, natürliche Ernährungsweise zur Regel machen, bringen anstatt Bohnenkaffee **Kathreiners Malzkaffee** auf den Tisch.

2276]

"Lucerna" • Chocoladen •  
von anerkannter Güte

(Ue 8979) 2261

### Cacao De Jong.

Seit über 100 Jahren anerkannt  
erste holländische Marke.

Gegründet 1790.

[2001] Garantiert rein, leicht löslich, nahrhaft, billig, da sehr ergiebig, feinstes Aroma. — Höchste Auszeichnungen.

Vertreter: Paul Widemann, Zürich II.



De JONG'S  
CACAO.

DE ERVE  
H. DE JONG, WORMERVEER.

### Ira-Damen-Binde

ist die beste der Gegenwart.

2251] Dutzend Fr. 1.75, 6 Dutzend Fr. 10.50, 12 Dutzend Fr. 20. — franko Nachnahme. Gürtel Fr. 1.25 und 1.75. Aerztliche Broschüre gratis.

St. Fridolin-Apotheke Näfels, Markt 12.

Tisanias-Präparat für Frauen in Originalpackung.

Ein neuer Roman

von

### Paul Oskar Höcker

erscheint jetzt unter dem Titel „Fasching“ in der „Gartenlaube“. Das neue Werk vereinigt alle Vorzüge dieses Lieblingsautors: Temperament der Erfindung, Grazie des Stils und eine nie versagende Kraft der Menschen- und Willenzeichnung. Vor dem oft märchenhaft schönen Hintergrund Münchener Faschings- und Füstlerfeste spielt sich eine herzbewegende Liebesgeschichte ab, die den Leser durch ihre sprühend lebendige Sprache ungemein fesselt.

Die „Gartenlaube“ ist zu beziehen durch  
alle Buchhandlungen und Postanstalten:

a) in Wochenheften mit dem Beiblatt: „Die Welt der Frau“ zum Preise von 25 Pf. wöchentlich, b) in Wochennummern ohne das Beiblatt zum Preise von 2 Mark vierteljährlich.

Verlag von Ernst Keil's Nachfolger (August Scherl) G. m. b. H., Leipzig.

### Sanitätsgeschäft Hausmann A.-G.

Basel. Davos. St. Gallen. Genf. Zürich.

### Tuchfabrik Sennwald.

P. Aebi, bisher techn. Leiter der Tuchfabrik Entlebuch und Chr. Zinsli, Reisender daselbst, haben die Tuchfabrik Sennwald gekauft und den Betrieb erweitert und verbessert.

### Herren- und Frauen-Kleiderstoffen etc.

Billigste und beste Verarbeitung von Schafwolle und Wollsachen (wollene Lumpen und alte Strümpfe etc.) Prompte und reelle Bedienung.  
(H 3470 G) Muster und Tarife zu Diensten. [2516]

Tuchfabrik Sennwald: Aebi & Zinsli.

2487

### KAI SER- BORAX

Hervorragendes Toiletmittel,  
in hunderttausenden von Familien im  
Gebräuch; macht die Haut zart und weiß  
und zugleich widerstandsfähig gegen  
Witterungseinflüsse. Nur echt in roten  
Kartons zu 15, 30 und 75 cent. Kaiser-  
Borax-Seife 75 cent. Tola-Seife 40 cent.  
Heinrich Mack in Ulm a. D.

2013

### Für 6.50 Franken

versenden franko gegen Nachnahme  
btt. 5 K. ff. Toilette-Abfall-Seifen  
(ca. 60—70 leichtbeschädigte Stücke  
der feinsten Toilette-Seifen). [2183]  
Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.

### Kluge Damen

[2129] gebrauchen beim Ausbleiben  
der monatlichen Vorgänge nur noch  
„Förderin“ (wirkt sicher).  
Die Dose Fr. 3.—.  
**J. Mohr**, Arzt  
Lutzenberg (Appenzell A.-Rh).