# Beilage zu Nr. 34 der Schweizer Frauenzeitung

Objekttyp: **Appendix**

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

Band (Jahr): **33 (1911)**

Heft 34

PDF erstellt am: **27.04.2024**

**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**

## Dein Kind.

Dein Kind,
Hat es den Rosenstock verdursten lassen,
Die arme Mutter vieler armer Kinder,
Verweig're ihm den Becher klaren Wassers.
Hat es der jungen Vögel Nest zerstört,
Laß es auf harter Erde hungrig schlafen,
Von Mutter, Vater und Geschwistern fern.
Und hat dein Kind so früh, so göttlich ernst
Für fälschlich leicht Verziehenes gebüßt,
Dann tritt dereinst es aus dem Jugendhain
Mit heiligem Gefühl der schönen Welt.
Und ungefallen wohnt's im Paradiese
Auf Erden; und die schweren Fehle alle,
Die Menschen um das Glück der Menschen bringen,
Du hast sie ihm erspart, als Keim gebrochen.
Denn wer den Tropfen Tau am Grase schont,
Wird Tränen nicht aus Menschenaugen pressen.

Leopold Schäfer.

## Zum Bergsport.

Wir stehen mitten in der Saison. Mit Macht locken die Berge den in der Bruthitze des Tales Schmachtenden hinauf, wo frische Winde die schneegezierten Gipfel umspielen. In immer größeren Scharen ziehen sie hinaus, Erquickung und Naturgenuß suchend, froh, dem wahnwitzigen Jagen nach vergänglichen Gütern für eine Weile entronnen zu sein und ihre Seele baden zu können im Schauen und Empfinden der Natur, die in den Bergen so gewaltig zu uns redet.

Ob wohl alle mit diesen Gedanken ihr Bündel schnüren? Oder sind es nicht immer breitere Schichten derer, die, von Eitelkeit und Renommiersucht getrieben, „Großes" vollbringen wollen, oder, die Einsamkeit und Stille der Gebirgswelt mißverstehend, dort ihr ausgelassenes Wesen treiben? Ist nicht eine Großzahl der sich mehrenden Unglücksfälle gerade dieser Sucht aufs Kerbholz zu schreiben? Es ist unverkennbar, daß besonders im Alpsteingebiet eine sogenannte Alpinistik sich herausgebildet hat, die zur Karikatur des richtigen ernsten Bergsportes herabgesunken ist.

Seht ihr ihn, den mangelhaft Ausgerüsteten, wie er im Gehrock und in Halbstiefelchen dasteht, oder den andern, für harmlose Touren mit Seil, Pickel und Steigeisen übermäßig und augenfällig dekorierten Touristen, wie er sich wichtig im Bahnwagen spreizt? Diese Salonbergsteiger kennen zum Teil die Anforderungen, die das Gebirge an Geist und Körper stellt, kaum, weniger noch ihr eigenes Können. Oftmals sind sie spärlich nur mit Lebensmitteln und Geld versehen. Was verschlägt's, kann man doch nach der Rückkehr sich am Biertisch anstaunen lassen ob der glänzenden Taten. Zur besseren Bekräftigung haben die „Helden" Massen von verwelkten Alpenblumen, die in unverzeihlichem Vandalismus abgerauft wurden, vorzuweisen. Und oben im Gebirge erst! Man muß sie gesehen haben, wie sie die Feierlichkeit der Gebirgswelt durch Ausgelassenheit und rüpelhaftes Benehmen entweihen, überall unvorsichtig vorgehen, Steine abrollen und dadurch andere in große Gefahr bringen. Und dann jene, die etwas Außerordentliches leisten wollen, die sich abmühen, eine fast senkrechte Wand, deren „Bezwingung" ebenso unmöglich als wertlos ist, zu erklettern! Infolge solchen Tuns entstehen oft jene kläglichen Situationen, die nur zu häufig ein tragisches Ende nehmen und durch welche sie ihren Angehörigen Herzeleid und den Bergenden große Mühe und Gefahren bereiten, die hätten vermieden werden können.

Mit Bedauern ist von den unterzeichneten Alpenvereinen das Ueberhandnehmen dieser zu verurteilenden Abart der Alpinistik im Alpsteingebiet konstatiert und besprochen worden und wir finden es an der Zeit, öffentlich hiegegen Stellung zu nehmen. Wir begreifen es nur zu gut, wenn zufolge dieser Auswüchse Stimmen laut werden, die den Bergsport geradezu verurteilen. Eben darum stehen wir nicht an, durch die Tagespresse in aller Form zu erklären, daß wir in der geschilderten Art der Bergsteigerei ein unzünftiges, den in richtiger Weise betriebenen Bergsport entehrendes Gebaren verurteilen.

Wir werden auch dahin zu wirken suchen, daß die

---

## Avis an den verehrl. Leserkreis.

Wir bieten unsern verehrl. Abonnenten die Vergünstigung, dass sie pro Jahr ein Inserat betreff. Stellenanerbieten und Stellengesuche (Raum zirka 10 Petitzeilen) unentgeltlich einmal in unserem Blatt erscheinen lassen können. Wird Chiffre-Inserat gewünscht, so ist für Uebermittlung der Offerten das nötige Porto beizulegen.

Hochachtend

2185 **Die Expedition.**

## Zur gefl. Beachtung. 2040

Bei Adress-Aenderungen ist es **absolut notwendig,** der Expedition **neben** der neuen **auch die bisherige, alte** Adresse anzugeben.

*Gesucht in eine kleine Familie ein treues, zuverlässiges* **Mädchen,** *das die Hausgeschäfte und das Kochen versteht. Guter Lohn und ebensolche Behandlung zugesichert. Offerten unt. Chiffre* **B W 2502** *befördert die Expedition.*

*Gesucht: zu sofortigem Eintritt ein braves*

**Dienstmädchen**

*in gute Familie. Auskunft erteilt die Expedit. des Blattes sub Chiffre* **2483.**

*Eine tüchtige Tochter, welche die Hausgeschäfte und das Kochen versteht und mit Verantwortlichkeitsgefühl arbeitet, findet gut bezahlte Stelle in kleiner Familie, die in ihrem mit allen modernen Bequemlichkeiten ausgestatteten Heim allein wohnt. Sehr schönes, durch Zentralheizung erwärmtes Zimmer. Einen Teil der Zimmerarbeiten besorgt die Dame selbst. Gute Behandlung steht ausser Frage. Exakt und reinlich arbeitende Töchter, welche die Vorzüge einer solchen Stelle zu würdigen wissen, wollen ihre Offerten einreichen unter Chiffre* **M T 2489** *an die Expedition.*

*Eine* **Tochter** *gesetzten Alters, welche die Hausgeschäfte selbständig führen kann, sowie im Nähen, Flicken und Kochen gut bewandert ist,* **sucht Stelle** *in ein gutes Haus, wünscht am liebsten selbständige Führung des Haushaltes. Offerten unter Chiffre* **H 2497** *befördert die Expedition d. Bl.*

*Eine* **Tochter** *gesetzten Alters, im Haushalt tüchtig u. der deutschen und engl. Sprache mächtig, wünscht sich in einer guten Familie zur Besorgung der Hausarbeiten zu plazieren. Angenehmer Verkehr ist Bedingung. Gefl. Offerten unter Chiffre* **F V 2490** *befördert die Expedition.*

2335


## Ecole professionnelle de Jeunes Filles
NEUCHATEL.

**Ouverture** des cours suivants le 1er **septembre 1911:**

**Cours professionnels de lingerie à la machine, confection, broderie blanche, repassage. — Cours restreints de lingerie à la machine, confection, broderie blanche, repassage. — Classe d'apprentissage de lingerie** (2 ans d'études). — **Classe d'apprentissage de confection** (3 ans d'études) (H 4239 N) [2514

Pour renseignements et programmes s'adresser à **Mme J. Légeret,** directrice, Chemin du Rocher, 3.

Inscriptions le **jeudi 31 août 1911 de 9 heures du matin à midi,** au Nouveau collège des Terreaux, salle No. 6.

**Commission scolaire.**


## Kurbedürftige Kinder

[2451 Nervöse, Schwächliche, Rekonvaleszenten, Schulmüde finden Aufnahme im neu eingerichteten **Kinderkurhaus** und **ärztl. Landerziehungsheim**

## Schloss Oetlishausen

bei Kradolf, Thurgau. — Kleine Zahl. — Aerztl. Ueberwachung und Behandlung. Physikal.-diätet. Heilmethoden. Körperpflege. Sorgfältige Erziehung. Privatschule. Prospekt u. Auskunft durch **Dr. med. Nägeli.** (O. F. 1661 d)


## Eingaben auf Chiffre-Inserate.

*Das Bewerbungsschreiben soll in ein Couvert eingeschlossen werden, auf welches man* **nur** *auf der Rückseite die Buchstaben und die Zahl der Chiffre deutlich notiert.*

*Dieses Couvert ist dann erst in ein an die Expedition des Blattes adressiertes zweites Couvert zu stecken, wobei die Beilegung einer entsprechenden Franko-Marke* **nicht vergessen** *werden darf, damit die Expedition das innere Couvert versenden kann.*

*Eingaben auf Inserate, welche* **nicht** *in der* **neuesten** *Blattnummer gelesen wurden, haben wenig Aussicht auf Erfolg, da solche meist schon erledigt sind.*

*Die Expedition ist nicht befugt, Adressen von Chiffre-Inseraten mitzuteilen.* [2495

*Um diesbezügliche Beachtung ersucht höflich*

**Die Expedition.**

*Eine gut erzogene junge* **Tochter,** *welche es gut versteht mit Kindern umzugehen, und welcher man die Kleinen in jeder Beziehung ruhig anvertrauen darf, findet angenehme Stelle im Engadin. Anfragen mit näheren Angaben über bisherige Beschäftigung, Alter, Zeugnisse oder Empfehlungen achtbarer Personen, wenn möglich auch mit Bild, befördert die Expedition sub Chiffre* **F V 2504.**

## Gesucht:

*auf 1. Sept. nach Luzern ein junges, braves* **Mädchen,** *das die Hausgeschäfte unter Führung der Hausfrau erlernen will, in kleine Familie. Bei gutem Verhalten gute Lebensstellung. Lohn nach Uebereinkunft. Offerten unter* **S 2499** *befördert die Expedition d. Bl.*

*Eine im Hauswesen und in Besorgung einer guten bürgerlichen Küche selbständige* **Tochter** *findet gute Stelle. Zum Besorgen eines Teils der Zimmerarbeit und des Abtrocknens beim Aufwaschen ist eine Hülfe da. Sehr schöne Position für eine tüchtige Tochter, welche selbständige Arbeit liebt. Lohn u. Behandlg. gut. Offerten mit Zeugnissen oder Empfehlungen und näheren Angaben befördert die Expedition unter Chiffre* **F V 2503.**

*Eine gut erzogene* **Tochter** *von gediegenem Charakter, mit gutem Umgangston, in den Haus- u. Handarbeiten, besonders im Nähen bewandert und den exakten Zimmerdienst kennend, findet als Stütze in einem feinen Haushalt einen angenehmen Wirkungskreis. Geachtete Stellung, beste Behandlung und guter Lohn wird als selbstverständlich betrachtet. Offerten mit näheren Angaben, Referenzen etc. befördert die Expedition unter Chiffre* **Sch W 2501.**

*Für einen verheirateten Mann, 38 Jahre alt, der seinen Beruf aus Gesundheitsrücksichten aufgeben musste, wird* **Stelle gesucht** *als Portier, Verwalter, Pedell oder leichtere Bureauarbeiten. Kenntnis der französischen Sprache. Wenn möglich in St. Gallen oder Umgebung. Gefl. Offerten sind zu richten an die Expedition unter Chiffre* **E M 2512.**

öffentliche Meinung nach und nach die Renommierexerei als lächerlichen Auswuchs mißbilligt. Wenn solche „Helden" unbeachtet bleiben, so versiegt 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 den können wir als richtigen Alpinisten anerkennen, der in zielbewußter Schulung nach und nach die nötigen Kenntnisse erwirbt und seinen Körper systematisch stählt, der verantworten kann, was er beginnt, der im Gebirge Höheres sucht als die Befriedigung seiner Eitelkeit, und sich dementsprechend auch aufführt. Ein bescheiden Sträußlein 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 Klubisten. Nie aber unternehme er eine Aufgabe, wenn er sich derselben nicht gewachsen fühlt.

Den Eltern aber möchten wir die dringende 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 alleweil hat das Lied: „Auf der Alm, da gibt's kei 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.

Im August 1911.

Sektion Kamor des Schweizer. Alpenklub.
Sektion Rhein des Schweizer. Alpenklub.
Sektion Rorschach des Schweiz. Alpenklub.
Sektion Säntis des Schweizer. Alpenklub.
Sektion St. Gallen des Schweizer. Alpenklub.
Sektion Toggenburg des Schweizer. Alpenklub.
Touristenklub Edelweiß St. Gallen.

## Warum 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. Lebensjahre angefangen wirklich kleiner wird; die Abnahme kann bis zum 80. Jahre 7 cm betragen. Die Ursache liegt darin, daß die zwischen den Wirbelknochen liegenden knorpeligen Bandscheiben dünner werden, wodurch die Wirbelsäule, das knöcherne Gerüst des Oberkörpers, eben um das angegebene Maß kürzer wird und mit ihr natürlich auch der ganze Mensch. Ebenso, das ist allerdings 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. Neter in Mannheim im „Arzt als Erzieher" ausführt, geradezu unentbehrlich. Keine Mutter kann ihrem Kinde 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 Vorzug vor der anderen verdient, spielt keine Rolle, man nütze ordentlich die kurze Zeit aus, wo es frisches Obst gibt. Die Bakterien auf dem Obste sind, was die Entstehung von Krankheiten anbelangt, nicht von Bedeutung. Fälle, wo durch Obst eine Krankheit übertragen worden wäre, sind ebenso verschwindend selten oder 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 Reinlichkeitsrücksichten entspringenden Motiven; wenn jemand Obst, weil es durch so und so viele Hände hindurchgegangen ist, nicht ungeschält oder ungewaschen essen will, so läßt sich ein solches ästhetisches Empfinden begreifen. Auch die Behauptung ist nicht richtig, daß die Schalen des Obstes dem Kinde schaden könnten. Dr. Neter läßt die Kinder das Obst ruhig, mit einem Tuche 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 erforderl. 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 zusagender Stellung in gutem, geachtetem Hause werden keine grossen Gehaltsansprüche gemacht. Offerten unter Chiffre* ***F V 2518*** *befördert die Expedition.*

**Citrovin**
ist für
Gesunde u. Kranke
bekömmlicher als Essig
CITROVIN-FABRIK SITTERDORF
THURGAU
(U. 10412) [2427

**Anleitung**
wie der **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. [2510
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.
Anschrift Postfach 13,275, Zürich.

**St. Jakobs-Balsam**
von Apotheker **C. Trautmann, Basel.** Hausmittel I. Ranges als Universal-Heil- und Wundsalbe für Krampfadern, Hämorrholden, offene Stellen, Flechten. (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 „Schweiz. Frauen-Zeitung" werden auf Verlangen gerne gratis u. franko zugesandt.

**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,** Propr.

**Abonnements-Einladung.**

Wir laden hiermit zum Abonnement auf die

Gegründet 1879.
**Schweizer Frauen-Zeitung.**
St Gallen
Organ für die Interessen der Frauenwelt.
mit den Gratis-Beilagen
**„Für die Kleine Welt", „Koch- und Haushaltungsschule" mit Modeberichten**
angelegentlichst ein.

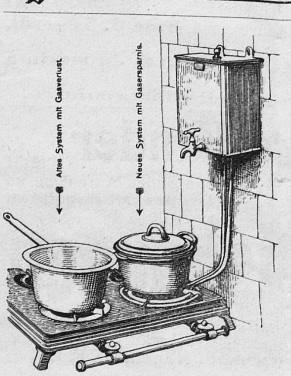
Die Schweizer Frauen-Zeitung steht im 33. Jahrgange und ist das erste und älteste Frauenblatt der Schweiz. Sie zeichnet sich aus durch reichhaltigen, interessanten, lehrreichen Lesestoff und wird daher als bestes Blatt für den häuslichen Kreis in der ganzen Schweiz geschätzt.

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

2182] **Verlag der Schweizer Frauen-Zeitung.**




**Pat. Wasserschiff**
**für Gasherde, Gas- und Petrolapparate**
**Praktische Neuheit.**
**49550. 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 Ankaufkosten machen sich in kurzer Zeit bezahlt.
Verlangen Sie Prospekte mit Preisliste.
**Wilh. Locher-Buschor**
mechan. Kupferschmiede [2515
**Oberegg,** Appenzell I.-R.

*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 event. einer Klinik noch mehr einzuarbeiten. Würde eventuell bei Familie eines tüchtigen, vielbeschäftigten 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.*

Reeses **Backwunder**
macht Kuchen
**grösser**
**lockerer**
**verdaulicher**
*Prakt. Gratis-Rezepte*
2388

**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.

**Kopfläuse** 2496
samt Brut. Sofortige Beseitigung.
Versandhaus Steig 331, A, Herisau.

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

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 Speisezeddel der Kinder nicht zu wählerisch sein und nicht nur solche Gerichte darreichen, die nahrhaft und kräftig sind. Bei einem derartigen Vorgehen verweichlicht man die Kinder zu sehr; man muß ihnen dazwischen 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 durstlöschend. Es gibt aber Erwachsene und Kinder, die vom Obsteffen 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 büßen 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 Firnis geblieben ist, unter dem die alte Vielgötterei weiterlebt, genießen auch die Frauen von Agadir und der Susprovinz manche Freiheiten, die ihnen in Fez und Marakesch streng verwehrt sind. Besonders die aus dem Hochland und den Landschaften jenseits des Antiatlas stammenden Berberinnen sind hier nicht wie bei den Mauren ein entwürdigtes Instrument zur Fortpflanzung, sondern Frauen im schönen Sinn des Wortes und geachtete Gehilfinnen und Gefährtinnen des Mannes, von hohem, stolzem Wuchse, in ihrer Jugend oft berückend schön, mit 11 oder 12 Jahren schon längst (!?) Mutter und dementsprechend zeitig alternd. Die Frauen dieser Hirtenstämme, die die Herrschaft des Sultans gar nicht anerkennen, 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 Leichentuch umwickelten, wandelnden Sack ähnlich macht, schauen sie hier in leichtgeschürzter Gewandung mit kecken, 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, weißes Unterhemd, darüber ein langes Oberhemd von roter oder blauer Farbe und abermals darüber den aus Wolle gewebten weißen oder blauen Gaik. Die Frauen der wohlhabenden Familie dagegen legen in ihre Bekleidung kein geringes Raffinement: Seidenes Hemd, weite, blaue oder gelbe Pluderhosen, rotes Mieder und ein goldgesticktes Jäckchen von blauer oder roter Farbe, dazu dann noch ein Obergewand aus grauer, durchsichtiger Seide. Wenn man jedoch nach der Sauberkeit in der Körperpflege fragt, dann verhüllt der Kundige am besten schaudernd und schweigend sein Haupt."

**GALACTINA**

Alpen-Milch-Mehl

**Beste Kinder-Nahrung.**

Die Büchse **Fr. 1.30.** 2191

**Neu. Bewegliche Klaviatur.** Patent Nr. 56,464.

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

Verkauf, die Schachtel zu Fr. 1.— und Fr. 1.75 franko, bei Herrn **Philipp Cotin**, Les Grattes s. Rochefort, bei Neuchatel, oder bei der Expedition der Schweizer Frauenzeitung.

2414

**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-Frölich**

2226] Wäschegeschäft

**Bürglen** (Kant. Thurgau).

**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 lästigen Uebeln schnell u. dauernd befreit wurden. Hunderte Dank- und Anerkennungsschreiben liegen vor.

**Krankenschwester Klara**
**Wiesbaden,** Walkmühlestrasse 26.

**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 Oel 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.**

Brüssel 1910: Ehrendiplom. Mailand 1906: Goldene Medaille.

**Basel:** Kohlenberg 7. [2506
**Bern:** Aarbergergasse 24.
**Genf:** Place des Bergues 2.
**Lausanne:** Avenue Ruchonnet 11.
**Luzern:** Kramgasse 1.
**Zürich:** Zähringerstrasse 55.

**= Nachstickmaschinen. =**

**Graphologie.**

2184] Charakterbeurteilung aus der Handschrift. Skizze Fr. 1.10 in Briefmarken oder per Nachnahme
Aufträge befördert die Exped d. Bl.

**Tuchfabrikation.**
**Gebrüder Ackermann in Entlebuch.**

Wir beehren 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**

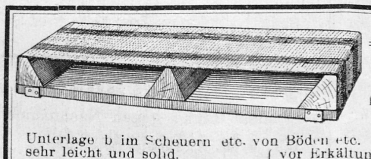
zu achten. Durch die während Jahrzehnten gesammelten Kenntnisse und Erfahrungen in der [2505

**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.**



**Unentbehrlich!**

**Knie-Schoner**

bereits zu Tausenden im Gebrauche, sollte in keiner Familie fehlen.

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

Der **Knieschoner** schützt { vor Erkältung / vor Ermüdung / die Kleider

**Preis Fr. 2.50.**

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

**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:** [2071

**M. Wirz-Loew, Basel.**

**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 ausländ. Zeitungen, Fachzeitschriften, Kalender etc. zu Originalpreisen und ohne alle Nebenspesen.

**Bei grösseren Aufträgen höchster Rabatt.**

**Geschäftsprinzip: Prompte, exakte und solide Bedienung. Diskretion!**

*Zeitungskatalog gratis u. franco.*

## Das Mittagessen im Sommer.

In der heißen Zeit klagen viele über ihre auffällige Mattigkeit nach dem Mittagessen. Diese Mattigkeit 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 Körpergewebe zu ersetzen und dem Körper Material zur Umsetzung in Arbeit und in Wärme zuzuführen. Der Bedarf für den Wärmeersatz 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 hastig 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 Beseitigung der überschüssigen Wärme — und anderseits leidet er unter der Ueberhitzung unmittelbar.

Die Mattigkeit 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 kühleren 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 Kost beschränken, ja bei starker Hitze sogar kalte Speisen ohne Fleisch — etwa Gemüse, Eier- 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" saßen die Gäste und labten sich am kühlen Tropfen, als plötzlich aus dem Gewerbekanal eine Kinderstimme kläglich zu schreien begann. Ein dreijähriger Knabe war ins Wasser gestürzt und sofort von 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. T. B. und der S. B. B. bildet. Rasch entschlossen sprang die 17jährige Tochter aus der „Post", Fräulein Jordi, über das Brückengeländer dem Knaben nach. Sie vermochte ihn im Dunkel der Kanalunterführung zuerst nicht wahrzunehmen, hörte ihn aber wieder schreien. Ihn über Wasser haltend, gelang es dem tapfern 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 Geltung, was vorauszusehen sei, dann darf man wohl sehr gespannt sein, ob er seinen Zweck erfüllt und zur Hebung der Bevölkerungsziffer in Frankreich beiträgt. Der „Zwang" zu heiraten ist nur gegen die Männer gerichtet. Wer mit 29 Jahren noch als Junggeselle herumläuft, muß in der Reserve und in der Landwehr Militärübungen durchmachen, und hat er sich bis zum 45. Jahr dann noch immer nicht verheiratet, bleibt er dienstpflichtig sein Lebenlang. 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. Aehnlich wie im Entlebuch werden nun auch in Sennwald alte Wollsachen (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]

(Ue 8979) 2261

"Lucerna"
Chocoladen
von anerkannter Güte

Ein vorzügliches Hörrohr

das **Schwerhörigen** den Besuch von Theater, Konzert, Kirche, Vorträgen ermöglicht, ist das

**Hörrohr** n. Prof. Dr. Siebenmann, Basel.

Prospekte gratis und franko. [2471

**Grosses Lager in Hörrohren aller Art.**

Auswahlsendungen auf Verlangen.

Sanitätsgeschäft Hausmann A.-G.

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

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.**

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.

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.**

**Fabrikation von hübschen, soliden halb- und ganzwollenen**

**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.**

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 Milieuzeichnung. Vor dem oft märchenhaft schönen Hintergrunde Münchener Faschings- und Künstlerfeste spielt sich eine herzbewegende Liebesgeschichte ab, die den Leser durch ihre sprühend lebendige Sprache ungemein fesselt.

2487

*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.

KAISER-BORAX

**Hervorragendes Toaletmittel,** in hunderttausenden von Familien im Gebrauch; 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.

2043

**Für 6.50 Franken**

versenden franko gegen Nachnahme

**btto. 5 Ko. 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).