

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 2 (1926-1927)
Heft: 1

Titelseiten

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: 17.01.2026

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

GUGGENBÜHL UND

HUBER'S

Schweizer Spiegel

Nr. 1
Oktober
1926
II. Jhg.



Oscar Fröh

Eine Monatschrift für Jedermann



Angst vor dem Leben!

Man sagt, dass ein Grossteil der Menschen vor dem Leben Angst habe und wenn wir bedenken, was für Anforderungen der Daseinskampf an jeden und jede von uns stellt, so ist diese Angst nicht einmal verwunderlich. Dabei hat aber derjenige die grösste Aussicht auf Erfolg, der seine Aufgabe mit Gelassenheit und Zuversicht anpackt. Die Angst bildet ein schweres Hemmnis.

Eines der besten Mittel, das wir im Kampfe gegen die zermürbenden Einflüsse des täglichen Lebens haben, ist die kraftspendende Ovomaltine-Ernährung. Ovomaltine führt dem Körper in rasch-, leicht- und vollständig verdaulicher Form gerade diejenigen Nährstoffe zu, die ihn gesund erhalten und deren er

zum Wiederaufbau der verbrauchten Energie bedarf. Natürlich müssen wir durch vernünftige Lebensweise und ausreichenden Schlaf die feste Grundlage für ein tätiges Leben schaffen, aber Ovomaltine mit ihrem hohen Nährwert und ihrer Leichtverdaulichkeit hilft dem Gesunden seine Energie bewahren und dem Kränklichen sie wieder zu gewinnen. Ovomaltine enthält sämtliche wertvollen Nährstoffe aus wertvollsten Nahrungsmitteln in konzentrierter, angenehm schmeckender Form. Der eigentümliche Herstellungsprozess schont die organische Struktur der Nährstoffe. Sie sind nicht wie in so vielen Speisen und Nährpräparaten durch Kochen, hohe Temperatur oder chemische Einflüsse geschädigt.

Eine Tasse



OVOMALTINE

zum Frühstück

lässt des Tages Arbeit mühelos ertragen.

In Büchsen zu Fr. 2.75 und Fr. 5.- überall erhältlich.

Dr. A. WANDER A.-G., BERN



Schweizer Spiegel

„GUGGENBÜHL UND HUBERS SCHWEIZER-SPIEGEL“, eine Monatsschrift für Jedermann, erscheint am 1. jedes Monats und ist jederzeit direkt vom Verlag, Storchengasse 16, Zürich 1, oder aber durch jede Buchhandlung zu beziehen. Sie kann auch bei sämtlichen Postbureaus abonniert werden.

PREIS der Einzelnummer Fr. 1.50; Abonnementspreise: pro Vierteljahr Fr. 3.80, pro Halbjahr Fr. 7.60, pro Jahr Fr. 15.— (Postscheck-Konto III 5152, Expedition des Schweizer-Spiegels in Bern), Ausland Fr. 5.50 pro Vierteljahr.

REDAKTION: Dr. Fortunat Huber, Dr. Adolf Guggenbühl, Storchengasse 16, Zürich 1, Telephon Selnau 9322. Sprechstunden der Redaktion täglich 2—3 Uhr, sowie Samstag 2—5 Uhr, oder nach vorheriger telephonischer Anmeldung.

Die Einsendung von Manuskripten, deren Inhalt dem Charakter der Zeitschrift entspricht, ist erwünscht. Über eingesandte Manuskripte wird innert 8 Tagen entschieden, die Honorierung erfolgt bei Annahme. Rückporto unerlässlich.

INSERTATEN-ANNAHME erfolgt durch den Verlag, Storchengasse 16, Zürich 1. Telephon Selnau 9322. Schluss der Inseraten-Annahme 12 Tage vor Erscheinen jeder Nummer. Preis einer Seite Fr. 400, $\frac{1}{2}$ Seite Fr. 200, $\frac{1}{4}$ Seite Fr. 100, $\frac{1}{8}$ Seite Fr. 50, $\frac{1}{16}$ Seite Fr. 25. Bei Wiederholungen Rabatt.

DRUCK: Buchdruckerei Bächler & Co., Bern, Marienstrasse 8.



IN EINEM JAHR 669 ANERKENNENDE URTEILE DER PRESSE

Neue Zürcher Zeitung

Guggenbühl & Hubers frische Monatszeitschrift „Schweizer=Spiegel“ scheint sich, nach allem, was man hört, gut eingeführt zu haben. Wie sie sich redlich Mühe gibt, mit den Lesern anzubandeln, belegt das Juli-Fest. Da wird einmal nach den weiblichen Lesern ein Lasso ausgeworfen mit der Enquete: „Was mir an Männern nicht gefällt“. — Ein Aufsatz über Wahr-sagerinnen belehrt uns, daß wir in Zürich wohl immer noch gegen vierhundert prosperierende Ausüberinnen die-ses Schwindels haben. Prof. Häberlin (Basel) legt sehr zeitgemäße Gedanken über die Ehe dar, ein Maler spricht über den Postkartenkitsch. Die beigelegten bildlichen Proben sind über alle Maßen sprechend. Ein Gemüseim-porteur klagt über die Schwierigkeiten des Gemüsehandels und tröstet föhn-leidende Menschen mit der Tatsache, daß auch Erdbeeren unterm Föhn während eines Transports einfach „vergehen“. Was in einer Num-mer des „Schweizer=Spiegels“ nicht alles steht! Eine bunte Belehrung, die von einer un-bändigen Lebensneugierde erfüllt ist. Das macht den „Schweizer=Spiegel“ interessant und die Le-ser zu Wider- und hof-fentlich noch mehr zu Zuspruch geneigt.

Basler Nachrichten

Im Augustheft des „Schweizer=Spie-gels“ („Eine Zeit-schrift für Jedermann“. Verlag Guggenbühl & Huber) finden wir wieder den gefunden, unternehmungsfreudi-gen Geist, der schon die frühern Nummern auszeichnete. Der In-halt ist äußerst reich-haltig. Besonders in-teressieren werden die Ant-worten auf die Rundfrage: „Was mir an Männern nicht gefällt“. Die Männer werden sich in einer spätern Nummer aussprechen können. Ein Schweizer=Amerikaner verrät uns die „Kardinal-sünde der Schweizer Frau“ und ein Schieß-buden- und Karussellbesitzer schildert in hand-fester Weise seine Lebenserfahrungen. Von Theobald Baerwart, dem bekannten Basler Schriftsteller, läuft ein humoristischer Roman mit dem Titel „Der Wälgten einer“. Einen wichtigen Platz nehmen die Hausaltungsprobleme ein. Das Heft ist gefällig illustriert und wird hoffentlich der Zeitschrift manchen Abon-nenten zuführen.

Zürcher Post

Man darf heute auf ihn aufmerksam machen, auf den „Schweizer=Spiegel“, er verdient es. Es ist darin nicht viel Literatur, aber etwas Wichtiges: Man fühlt in dieser Zeit-schrift Leben von jener Art, das durch unsere schweizerischen Täler und Ebenen zieht. Redaktion und Verleger gehen be-wußt darauf los, zwischen Zeitschrift und Leser eine in-nige Verbindung herzustellen, die dem Leser erlaubt, über alles mögliche in seiner Zeitschrift zu plaudern und der Redaktion gestattet, die Leser dort zu fassen, wo sie eben gefaßt werden müssen: ihrem alltäglichen Erleben, den Kleinigkeiten des Tages. Daneben fehlt nicht der Schwung ins wei-tere Land, aber immer so tempe-riert, daß jeder Anschein von blassem Literatentum vermieden wird. Man muß diese Aufsätze, zum Beispiel des letzten Heftes, lesen, diese etwas ungewohnte, aber doch sehr reizvolle Mischung von Ehefragen, von dem, was den Frauen an Männern nicht gefällt — das Ge-genstück dazu wird nicht ausbleiben —, it der Lebensphilosophie des Schieß-buden- und Karussellbesitzers Wei-dele und dem praktischen Teil, — Küchen-spezialitäten, und dann wieder, was ein Amerika-Schweizer als die Kardinal-sünde der Schweizer Frau be-trachtet. Man liest hier von den Dingen, von denen man wirklich gern einmal etwas lesen möchte.

Der „Schweizer=Spie-gel“ ist ein Wagnis; aber alles deutet darauf hin, daß es von der Redaktion und den Verlegern an-sehnlich bestanden werden wird.

Berner Tagblatt

„Schweizer=Spie-gel“ nennt sich zu Recht eine Zeitschrift für Jeder-mann. Ich gestehe, daß ich bei ihrem Erscheinen skeptisch war, skeptisch wie jedem neuen derartigen Unternehmen gegenüber; denn man weiß ja, wie viele Zeitschriften während und nach dem Krieg aus dem Boden geschossen sind, um bald wieder zu ver-schwinden. Aber mit jeder neuen Nummer wurde mein Mißtrauen kleiner, und heute

ist es so, daß ich mich geradezu auf ihr Erscheinen freue. Der „Schweizer=Spiegel“ zeichnet sich auch sonst durch Reich-haltigkeit und Mannigfaltigkeit aus, sowie nicht zuletzt durch die frische und geschmackvolle Ausstattung.

EINE AUSWAHL DER NEUESTEN BESPRECHUNGEN

DEN SCHWEIZER-SPIEGEL LIEST DIE GANZE FAMILIE MIT FREUDIGEM INTERESSE