

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 4 (1928-1929)  
**Heft:** 4

## **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:** 15.01.2026

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

GUGGENBÜHL UND

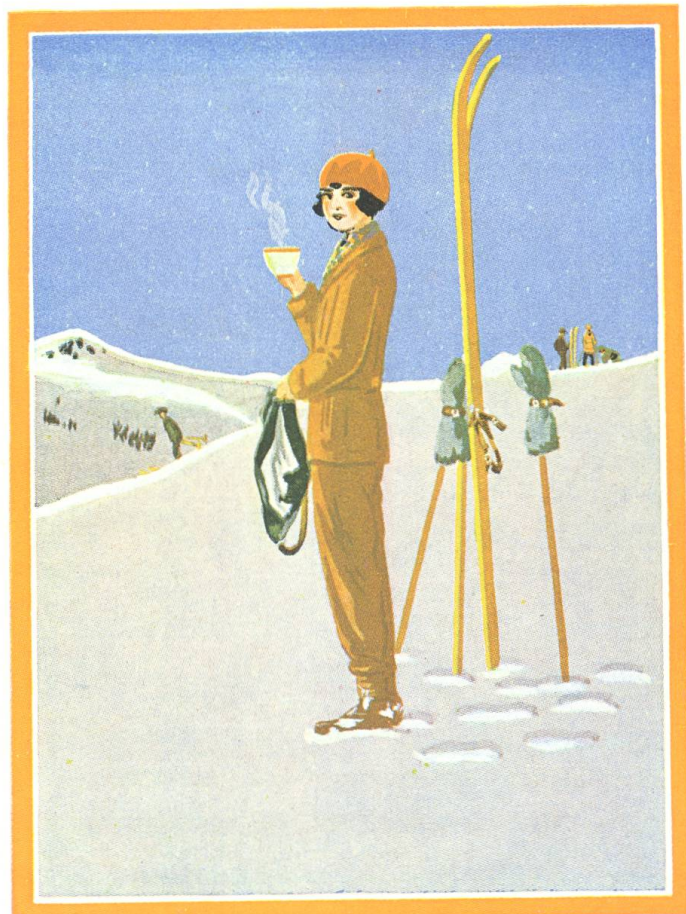
HUBER'S

# Schweizer Spiegel

Nr. 4  
Januar  
1929



Eine Monatschrift für Jedermann



# Blühende, lachende Gesundheit!

Was für ein gesundes Leben durchflutet uns, wenn wir zur Winterszeit auf den sonnigen Berghalden herumtummeln. Aber wir müssen wieder herunter, und dann gilt es, auch im Winternebel und in der Feuchtigkeit der Niederungen die gute Gesundheit zu bewahren.

Eine gute Gesundheit hängt wesentlich vom Umstand ab, ob wir unserm Körper diejenigen Stoffe zuführen, die er zur richtigen Erneuerung des Blutes,

zum Ersatz der verbrauchten Kraft und Energie und zur Anlegung einer gewissen Kraftreserve benötigt.

Ovomaltine enthält alle diese Stoffe und gerade in dem Verhältnis, wie der Körper ihrer bedarf. Ovomaltine ist hochkonzentrierter und dabei doch leichtverdaulicher Nährwert aus edlen Nahrungsmitteln. Beginnen wir mit dem „Ovo“-Frühstück, solange unsere Gesundheit noch robust ist.

## OVOMALTINE

stärkt auch Sie!

*Ovomaltine ist in Büchsen zum Preise von Fr. 2.25  
und Fr. 4.25 überall erhältlich*

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

# Schweizer Spiegel

„GUGGENBÜHL UND HUBERS SCHWEIZER-SPIEGEL“, eine Monatsschrift für Jedermann, erscheint am 1. jedes Monats.

**VERLAG UND REDAKTION:** Dr. Fortunat Huber, Dr. Adolf Guggenbühl (Praktischer Teil: Helen Guggenbühl), Storchengasse 16, Zürich 1. Telefon Selnau 9322. Sprechstunden der Redaktion täglich 2—3 Uhr oder nach vorheriger telefonischer 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** durch den Verlag, Storchengasse 16, Zürich 1. Telefon 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. Verantwortlich für den Inseratenteil: Dr. Josef Studer.

**DRUCK UND EXPEDITION:** Buchdruckerei Bächler & Co., Marienstrasse 8, Bern.

**BESTELLUNGEN** nehmen jederzeit entgegen der Verlag oder die Expedition, sowie auch alle Buchhandlungen und Postämter.

**ABONNEMENTSPREISE:** Schweiz: 12 Monate Fr. 15.—, 6 Monate Fr. 7.60, 3 Monate Fr. 3.80  
Ausland: 12 „ „ 22.—, 6 „ „ 11.—, 3 „ „ 5.50  
Einzelnummer Fr. 1.50 Postcheck III 5152



## Die moderne Frau bleibt jung.

Sie hat es gelernt, die Zeit durch überlegte Schönheitspflege zu besiegen. Regelmäßige Anwendung von „4711“ Matt-Creme bewahrt ihrem Teint jugendliche, faltenlose Frische und samtige Zartheit. Durch Zufuhr fetthaltiger Nahrung in Form von allabendlicher Massage mit „4711“ Cold Cream wird gleichzeitig die Haut straff und geschmeidig gehalten und die vorbildliche Schönheitspflege der modernen Frau vollendet.

Haupt-Dépôt „4711“ Emil Hauer, Zürich.  
Telephon: Selnau 47,11.

8:4711. Matt-Creme



Wo nicht erhältlich, bitte um Anfrage, worauf Verkaufsstellen nachgewiesen werden.

**Notariell beglaubigte Auflage jeder Nummer des Schweizer-Spiegels 12,000 Exemplare**



*Janochl, -*  
*sie scheint für alle Leute*

◆

**JUNGFRAUGEBIET**

GRINDELWALD, KL. SCHEIDEGG, MÜRREN, WENGEN