

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 4 (1928-1929)  
**Heft:** 12

## 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:** 02.04.2026

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

GUGGENBÜHLUND

HUBER'S

# Schweizer Spiegel

Nr. 12  
Sept.  
1929



Eine Monatschrift für Jedermann

# Die grosse Sorge!



## Wenn ich einmal zusammenbräche?

Wie mancher Familienvater hat wohl ganz geheim, ganz im Innersten die Angst, er halte einmal die abnützenden Anstrengungen seines Berufes einfach nicht mehr aus und könne dann seinen Angehörigen nicht mehr ein sorgenfreies Leben bieten.

Gegen Schicksalsschläge ist niemand gefeit, aber man kann doch den körperlichen und geistigen Kräften ein Fundament geben, das nicht so leicht zusammenbricht. Wie man sagt: „Wer nicht arbeitet, soll auch nicht essen“, kann man umgekehrt sagen: „Wer viel arbeitet, soll gut essen“, denn aus der Nahrung muss die Kraft, die Widerstandsfähigkeit kommen.

Unterstützen Sie ihre natürlichen Kräfte, indem Sie Ovomaltine zu Hilfe nehmen. Ovomaltine ist veredelte Nahrung, hochwertig, leichtverdaulich, reich an energiespendendem und aufbauendem Material.

### Eine Tasse

# OVOMALTINE

zum Frühstück

lässt die Tagesarbeit mühelos ertragen!



Ovomaltine  
ist in Büchsen  
zu Fr. 4.25 und  
Fr. 2.25 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. Telephon Selnau 9322. Sprechstunden der Redaktion täglich 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.

INSERATEN-ANNAHME 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. 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



*Schutz der Haut  
vor Sonnenbrand!*

Sie dürfen ruhig die Freuden eines Bades im Licht der Sonne auskosten, sobald Matt-Creme Ihre Haut vor Sonnenbrand bewahrt. Ihr Teint wird dann ohne nachteilige Folgen eine dunklere Tönung annehmen. Allerdings entzieht direkte Bestrahlung der Haut immer Fett. Sie müssen daher abends für Zufuhr dieses Nährstoffes in Form des "4711" Cold Cream sorgen!

**Matt-Creme**  
Das edle & 4711. Erzeugnis

In allen einschlägigen Geschäften erhältlich.

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



Auch ich  
will Orba

Warum soll diese feine, herbe  
Chocolade Kohler ein Vorrecht  
der Herren sein? Auch wir Frauen  
lieben etwas Rassiges, auch wir  
wissen den hohen Nährwert des  
Cacao und die anregende Wir-  
kung des Theobromin zu schätzen.  
Auch wir Frauen wollen Orba.

Warum nicht, verehrte Dame?  
Bitte bedienen Sie sich. Und wenn  
Orba Ihnen schmeckt, dann ver-  
langen Sie diese neue Chocolade  
bei Ihrem üblichen Lieferanten.

*Die Chocolade  
für den Herrn*



**EXTRAFEIN BITTER**