

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 7 (1931-1932)  
**Heft:** 5

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 05.04.2026

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

## INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
Die Sonne scheint für alle Leut. Die Seite der Herausgeber . . . . .	7
Im afrikanischen Felsenthal. Von F. Glauser. Illustriert von H. Barth . . . . .	8
Künstliche Paradiese. Von Paul Häberlin, Professor an der Universität Basel. Illustration von H. Tomamichel . . . . .	22
Gedicht von Max Ruschmann . . . . .	31
Kinderweisheit. Lustige Aussprüche von Kindern . . . . .	32
Kunstbeilage . . . . .	33
Mein Film. Bilderbogen für Erwachsene. Von G. Williams . . . . .	35
Der Schutzengel. Von Robert Faesi. Illustrationen von M. Vidoudez . . . . .	36
Der Tierfeind. Eine Baseldeutsche Erzählung von Theodor Baerwart . . . . .	42
Das Jahr in der Fremde. Antworten auf unsere Rundfrage . . . . .	44
Küchenspiegel	
Moderne Menugestaltung. Von Elisabeth M. Dank . . . . .	54

## Das Alter zwischen 10 und 20 Jahren

ist zum Versichern eine geeignete Zeit, denn dann sind die Prämien am niedrigsten. Der Vater ist gut beraten, der für seine Kinder rechtzeitig den Grundstein zu einem Fürsorgekapital legt und gleichzeitig die hohen Erziehungskosten sicher stellt. Kostenlose und unverbindliche Vorschläge arbeitet aus die

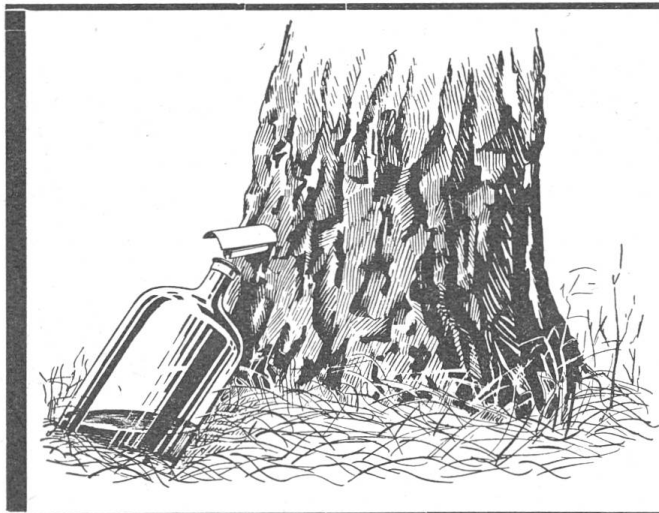
**Schweizerische Lebensversicherungs-  
und Rentenanstalt Zürich**

	Seite
<b>Mode und Kosmetik</b>	
Eine Kontroverse. Illustriert von Elsy Vogt . . . . .	59
<b>Der vereinfachte Haushalt</b>	
Die Küche des «Vereinfachten Haushaltes». Von Helen Guggenbühl . . . . .	66
<b>Kunstbeilage</b> . . . . .	67
Praktische Einfälle von Hausfrauen . . . . .	70
Rationelle Frühjahrsreinigung. Eine neue Rundfrage . . . . .	71
Knigge 1932. Wie man sich erkenntlich zeigt. Von Vinzenz Caviezel . . . . .	72
<b>Die Kapitalanlage</b> . . . . .	76
<b>Briefe an die Herausgeber. Die Seite der Leser</b> . . . . .	80
<b>Die bösen Zwillinge. Bilderbogen für Kinder. Von H. Rikli</b> . . . . .	83

*Das Titelbild stammt von Marcel Vidoudez*

## Etwas von Birken, Birkensaft und Dr. Dralle's Birkenhaarwasser

Wenn im Monat März die lauen Südwinde wehen und das Regiment des Winters zu Ende geht, dann wird der in den äusserst feinen Kapillarröhrchen des Stammes aufgespeicherte Saft „gezapft“.



An den sonnendurchglühten Abhängen des Jura, wo von ferne die trotzigen Wachtürme des mittelalterlichen Murten grünen, stehen die Birken, vielfach ältere, oft 50 jährige Bäume, die jedes Jahr unter der sachkundigen Leitung des Forstpersonals ihr Bestes hergeben müssen, um damit die natürlichen Grundlagen zum Birkenhaarwasser zu liefern.


Viele tausend Kilo Birkensaft fanden in zwei Jahrzehnten ihren Weg zur Fabrikationsstätte nach Basel. Hier erfolgt der Aufbau. Zahlreich sind die einzelnen Bestandteile, jeder seinen Zweck erfüllend, bis das fertige Produkt zu dem Haarpflegemittel ersten Ranges wird, das dank seiner natürlichen Zusammensetzung niemals enttäuscht.

### **Dr. Dralle's Birkenhaarwasser**

ist in jeder Apotheke erhältlich, in allen Drogerien, Parfumerien und Coiffeurgeschäften.

EN GROS: ADOLF RACH, BASEL 2

# Hygienisch *und doch elegant*

- 
1. Die kräftige Stahlfeder verhindert das Durchtreten des Gelenkes und stützt gleichzeitig den Fuß.
2. Die beidseitig verlängerte Fersenkappe gibt dem schwachen Fuß die nötige Stützung.
3. Die Form gibt der Ballen- und Zehenpartie den richtigen Halt und verhindert Verflachung.
4. Bally Vasano Schuhe sind für das Einpassen von Spezial-Einlagen besonders geeignet.
5. Die Vasano-Modelle werden als Halbschuhe und Schnürbottinen in schwarz und braun Boxcalf und Chevreau hergestellt.



**BALLY-VASANO**  
der bequeme Gesundheits-  
Schuh erfasst Ihr Fussgewölbe  
angenehm straff, stützt es mit  
seiner unsichtbar eingebauten  
Gelenkverstärkung, und gibt  
Ihren Füßen volle Zehen-  
freiheit.



# Ihre Gesundheit ist Ihr Kapital!

Schonen Sie Ihre Nerven! Schonen Sie Ihr Herz! Sie brauchen deshalb nicht auf den Ihnen zur lieben Gewohnheit gewordenen Kaffeegenuss zu verzichten. Coffeinfreier Kaffee Hag erfrischt Sie, bietet Ihnen alle Kaffeefreuden, jedoch ohne Herz und Nerven oder sonstigen Organen zu schaden. Kaffee Hag besteht nur aus den edelsten Kaffeesorten und ist in Geschmack und Aroma unübertroffen.

**Jede Bohne Qualität, jeder Tropfen Genuss, jede Tasse Gesundheit, Herz und Nerven schonend - das ist Kaffee Hag!**

Gutschein  
in den  
Paketen

