Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 9 (1933-1934)
Heft: 7

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: 02.10.2025

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

INHALTSVERZEICHNIS

Seite

Die Sonne scheint für alle Leut. Die Seite der Herausgeber . . . 7

Gebt uns Arbeit! Reportage aus einem freiwilligen Arbeitsdienstlager für Jugendliche, mit einer Originalphotographie des Schweizer Spiegel 8

„Herr Präsident, meine Herren!" Eine Auswahl von parlamentarischen Stilblüten, gesammelt von Stadtrat J. Gschwend. Illustriert von H. Merz 18

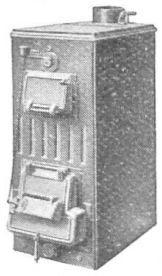
Schwarz und Weiss. Von Gubert Griot 20

Kunstbeilage. Von Felix Valloton 21

Die Geschichte mit dem Regulator. Von Richard Zaugg. Illustriert von Marcel Vidoudez 23

Zwüsched Gämf und Rorschach. Von Henri Gysler. Illustration von Fritz Traffelet 23

ZENT bürgt für Qualität!



Die geschätzten Kesselmodelle:

Der Klein-Kessel **ZENT Ic.** Guter Zug, kleiner Platzbedarf, wassergekühlter Rost. Für Koks- und Ölfeuerung verwendbar. Sauber und leicht zu bedienen. Es ist ein

Schweizer-Qualitätsprodukt

Auskunft erteilen Ihnen alle seriösen Heizungsinstallateure.

ZENT A.G. BERN

Fabrik für Zentralheizungsmaterial (Ostermundigen)

Seite

Kinderweisheit 34

Kritik und Krisis der Demokratie. Von Max Eppenberger. Illustriert von H. Tomamichel 35

Missgriff. Eine kleine Irrenhausgeschichte. Von Beat * * * Illustration von A. Carigiet 41

Küchenspiegel
Kleine Zuckerkunde. Von Georges Kloo 55

Der vereinfachte Haushalt
Wieviel geben Sie fürs Essen aus? Das Ergebnis unserer Rundfrage 61

Das Megaphon Nochmals Reichsdeutsch und Muttersprache. — ... und noch einmal eine Antwort. — „Handarbeit schändet nicht" 75

Briefe an die Herausgeber
Die Seite der Leser 84

Bilderbogen für Kinder. Von E. Bohny 86

Das Titelbild stammt von Alois Carigiet

Die Familienversicherung

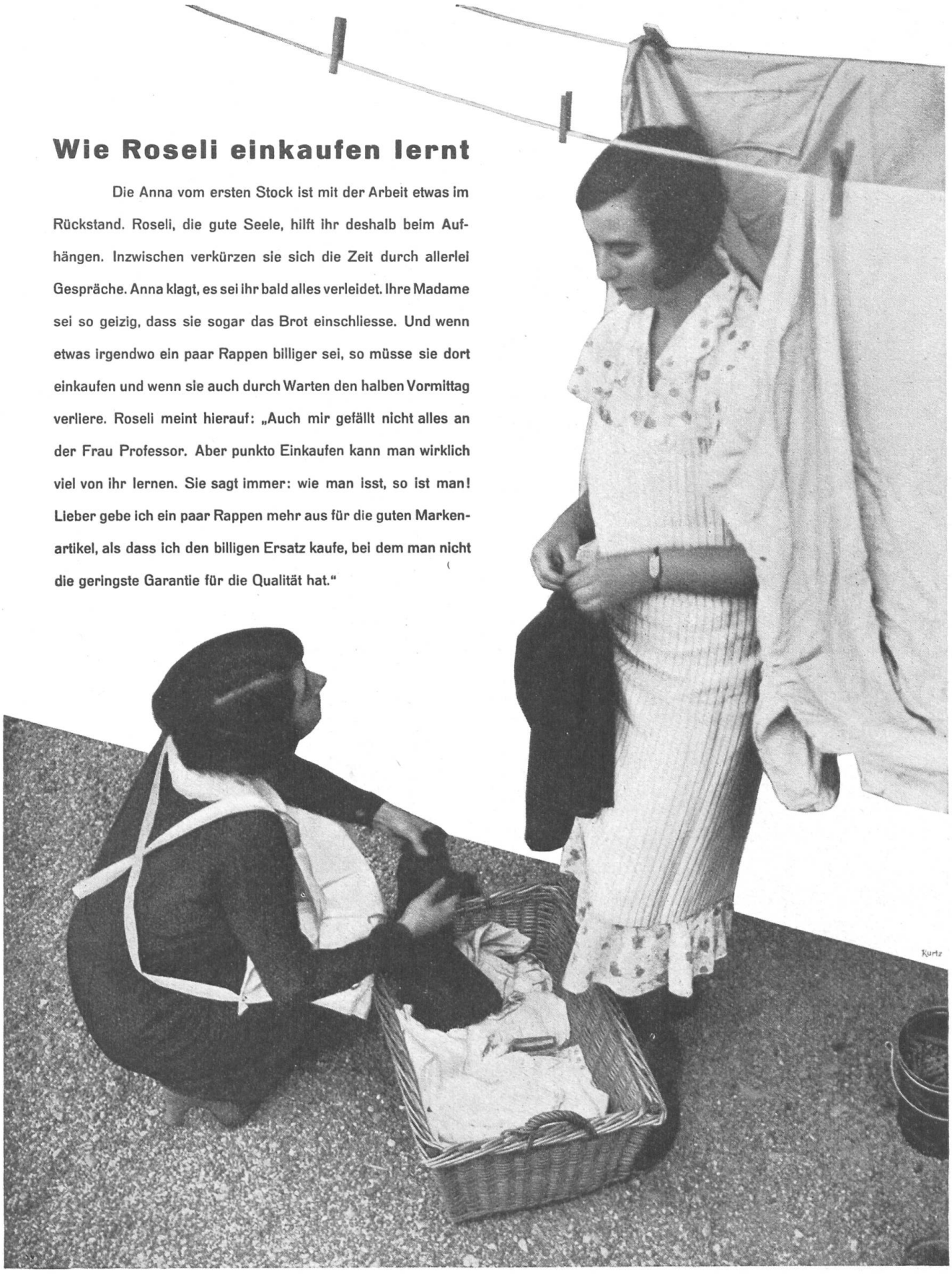
gewährt ein Kapital auf einen bestimmten Zeitpunkt für die Aussteuer der Kinder und die Deckung der Studienkosten und eine Rente zur Bestreitung der Erziehungskosten, wenn der Familienvater den Angehörigen vorzeitig entrissen werden sollte.

Schweizerische Lebensversicherungs- und Rentenanstalt Zürich

Gegründet 1857 Alle Überschüsse den Versicherten

Wie Roseli einkaufen lernt

Die Anna vom ersten Stock ist mit der Arbeit etwas im Rückstand. Roseli, die gute Seele, hilft ihr deshalb beim Aufhängen. Inzwischen verkürzen sie sich die Zeit durch allerlei Gespräche. Anna klagt, es sei ihr bald alles verleidet. Ihre Madame sei so geizig, dass sie sogar das Brot einschliesse. Und wenn etwas irgendwo ein paar Rappen billiger sei, so müsse sie dort einkaufen und wenn sie auch durch Warten den halben Vormittag verliere. Roseli meint hierauf: „Auch mir gefällt nicht alles an der Frau Professor. Aber punkto Einkaufen kann man wirklich viel von ihr lernen. Sie sagt immer: wie man isst, so ist man! Lieber gebe ich ein paar Rappen mehr aus für die guten Markenartikel, als dass ich den billigen Ersatz kaufe, bei dem man nicht die geringste Garantie für die Qualität hat."



Wer viel arbeitet, muß gut schlafen!

In welchem Maße der Schlaf Erholung bringt und neue Kräfte werden läßt, hängt ab

1. von der Schlafdauer,
2. von der Schlaftiefe.

Besonders auf die Schlaftiefe kommt es an.

Coffein pflegt nicht nur den Eintritt des Schlafes zu verzögern, sondern auch die Tiefe des Schlafes zu mindern.

Starker Kaffee hält den Körper so lange unter Coffeinwirkung, daß schon von Mittag ab das Coffein zu meiden ist, wenn seine Wirkung mit einiger Sicherheit während des Schlafes vermieden werden soll.

Wer Kaffee Hag – den coffeinfreien Bohnenkaffee trinkt, hat vollen Genuß und die Anregung, die er sucht, ohne unerwünschte Folgen.

Noch ein kleiner Tip:
Wenn Sie Gäste haben – nur Mokka Hag! Man wird Ihren herrlichen Mokka bewundern und glücklich sein, daß man nachher trotzdem ruhig schlafen kann.