

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 12 (1936-1937)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Die Frage der Aussteuer  
**Autor:** Guggenbühl, Helen  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1066267>

#### 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:** 09.01.2026

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



# Die Frage der Aussteuer

*Von Helen Guggenbühl*

Wir sind alle in gewissen Beziehungen merkwürdig konservativ. Nicht nur werden Gesetze noch lang behalten, wenn die Verhältnisse, für welche sie geschaffen wurden, bereits grundlegend verändert sind, alle Lebensgebiete sind von Anschauungen und Traditionen erfüllt, welche für die Gegenwart nicht mehr recht passen, aber gedankenlos aufrecht erhalten werden. Klassische Beispiele dafür bietet die Architektur. Da es früher technisch unmöglich war, Glasfenster von einer gewissen Grösse herzustellen, mussten die Fenster stark unterteilt werden. Als man aber schon lang grosse, ungeteilte Fenster zu fabrizieren verstand, wurden trotzdem immer noch die kleinen unterteilten Scheiben verwendet. Ein zweites Beispiel: Da die Helligkeit einer einzelnen Kerze begrenzt war, erforderte es, um ein Zimmer wirklich hell zu erleuchten, vielarmige Leuchter. Die Elektrizität ermöglicht uns heute, durch eine einzige Lichtquelle ein Zimmer taghell zu beleuchten. Trotzdem werden noch in manchen Familien vielarmige Leuchter als Prunkstücke hochgehalten, obwohl diese Form ihren Sinn schon lang verloren hat.

Ganz ähnlich lassen sich zum grossen Teile die Grundsätze, welche die

Frauen heute beim Einkaufen ihrer Aussteuer leiten, nur historisch erklären.

Noch vor 100 Jahren war die Idee der kompletten Aussteuer vollständig berechtigt. Vor allem auf dem Lande konnte jedes Paar mit gutem Gewissen einen grossen Teil seiner Mittel in einer Aussteuer anlegen. Man wusste zum vornherein, was man brauchte; eine Tradition garantierte die richtigen Anschaffungen.

Heute hat sich das alles geändert. Trotzdem wird immer noch manche Braut durch geschickte Reisende zum Ankauf der traditionellen Aussteuer bewogen, obwohl die alte Aussteueridee ihren Sinn weitgehend verloren hat.

Wer jetzt eine Aussteuer kauft, soll sich jede Anschaffung dreimal überlegen. Man muss sich vor allem vor Augen halten, dass unsere Zeit technisch sehr rasch vorwärts schreitet. Nehmen wir gerade wieder das Beispiel der Lampen. Wer im Mittelalter einen schönen Kerzenleuchter kaufte, war sicher, dass dieser noch nach fünfzig, ja sogar nach hundert Jahren seinen Zweck erfüllen würde. Heute ist das anders. Wer vor fünfzig Jahren eine prachtvolle Petroleumlampe erwarb, musste diese nach einiger Zeit durch eine Gaslampe ersetzen. Das Gas war erfunden. Die Technik schritt weiter, und kurze Zeit darauf blieb auch den Besitzern des luxuriösesten Gasleuchters nichts anderes übrig, als diesen ins Brockenhaus zu geben. Die Erfindung der Elektrizität hatte sie unbrauchbar gemacht.

Ebenso wahrscheinlich ist es, dass unsere jetzigen elektrischen Lampen in zwanzig Jahren samt und sonders in den

Grümpelladen wandern werden. Es hat deshalb keinen Sinn, sein Prunkbedürfnis gerade an diesem Gegenstand zu befriedigen.

Unsere Eltern oder Grosseltern waren stolz auf ihre schönen teuren Portieren und Vorhänge. Inzwischen änderten sich die Anschauungen über die Notwendigkeit von Luft, Licht und Sonne, die Vorhänge mussten den Platz räumen.

Vor zwanzig Jahren wurden viele Grammophon-Apparate gekauft, deren Preis in die hunderte von Franken ging. Das Radio hat sie weitgehend unnötig gemacht. Wer sich vor zehn Jahren einen luxuriösen Radio für tausend Franken anschaffte, könnte heute einen besseren Apparat zum fünften Teil des Preises erstehen.

Die technischen Neuerungen ergreifen manchmal sogar Gegenstände, die man für dauerhafter hielt. Ein Messer ist schliesslich ein Messer, und wer vor zwanzig Jahren ein Dutzend schöne Silbermesser anschaffte, konnte vernünftigerweise der Überzeugung sein, seinen Kauf nie bereuen zu müssen. Und siehe da! Der rostfreie Stahl wurde erfunden, und die Begeisterung für die alten Messer, auf die man so stolz war, flaute ab. Man konnte sie zwar verchromen, dafür aber nie mehr schleifen lassen.

Aber nicht nur technische Änderungen verlangen eine gewisse Anpassungsfähigkeit, auch unsere Bedürfnisse ändern sich mit der Zeit. Die «komplette» Ausstattung ist eine viel zu starre und zu grosse Einheit. Eine Einrichtung sollte sich aus einzelnen Gegenständen, nicht aus Zimmern zusammensetzen. Man darf hier nicht zu ängstlich sein! Was wirklich schön ist, passt immer zusammen. Eine Biedermeierkommode und ein Stahlrohr-Fauteuil stören sich durchaus nicht, wenn beides gute Stücke ihres Stiles sind.

Betten, Kommoden, Schränke, Stühle sollten in den verschiedenen Zimmern austauschbar sein. Bei einem kompletten Zimmer ist man an ein einheitliches Genre gebunden, in dem jedes hinzuge-

kommene Möbel als Fremdkörper wirkt. Einzelstücke hingegen lassen sich beliebig zusammenstellen. Alle guten Formen verbinden sich zu einer organischen Einheit.

Wenn man heiratet, kennt man im allgemeinen seine Bedürfnisse noch nicht. Man weiss weder was man braucht, noch wie man es braucht. Ein junges Paar kauft, dem Zuge der Zeit entsprechend, nicht zwei Betten, sondern zwei Couch. Mit den Jahren zeigt es sich, dass diese Couch eben doch nicht das richtige sind. Man möchte lieber ein gewöhnliches, normales Bett, oder umgekehrt.

Man kennt auch die Grösse der zukünftigen Familie nicht. Vor allem aber fehlt beim Heiraten die Sicherheit über den zukünftigen wirtschaftlichen Lebensstandard. Da ist zum Beispiel ein junges Ehepaar in guten Verhältnissen. Sie schaffen sich die Möbel für eine komplette Vierzimmerwohnung an: ein Wohnzimmer, ein Esszimmer, ein Herrenzimmer und ein Schlafzimmer. Dann kommen zwei, drei Kinder, das Einkommen aber steigt nicht im entsprechenden Mass. Man braucht zuerst ein, dann zwei Schlafzimmer mehr. Die Verhältnisse erlauben es nicht, die Vierzimmerwohnung mit einer Sechszimmerwohnung zu vertauschen. Und sehr bald zeigt es sich, dass das Herrenzimmer und das Esszimmer überflüssig geworden sind. Man muss sich notgedrungen mit einem einzigen Wohnzimmer begnügen.

Ein weiterer Fehler ist es, wenn man die Möbel nach seiner ersten Wohnung kauft. Die meisten unserer städtischen Einwohner stammen von Bauern ab und haben die Bauerntradition im Blut. Wir können uns eigentlich gar nicht vorstellen, dass wir Großstadtmenschen geworden sind, wurzellose Existzenzen, die ständig umziehen. Jede Wohnung betrachten wir so, wie der Bauer sein Haus, von dem er weiss, dass schon seine Vorfäder darin gewohnt haben, und dass seine Kinder darin wohnen werden. So sehen wir, dass Brautpaare mit Maßstab und Plan ihre erste Wohnung abmessen und die Möbel

in ihrer Grösse und Art nach dieser Wohnung einkaufen. Sie können sich einfach nicht vorstellen, obschon sie es doch wissen sollten, dass sie in dieser Wohnung wahrscheinlich nur ganz kurze Zeit wohnen werden.

Auktionäre, die Ganten veranstalten, klagen, dass grosse Büfets heute überhaupt nicht mehr verkäuflich seien. Es kommt vor, dass sich für ein grosses Nussbaumbüfett, das 2000 Franken gekostet hat, überhaupt kein Käufer findet, der zwanzig Franken bezahlt. Warum? Die Wohnungen sind niederer und kleiner geworden, und diese Prachtstücke lassen sich in vielen Fällen einfach nicht mehr aufstellen. Der Raum fehlt dazu. Es gibt Beispiele genug, wo solche Möbel zum eigentlichen Kreuz einer Familie geworden sind. Man möchte in eine moderne Wohnung ziehen, aber man kann es wegen den Möbeln nicht.

Wer heute heiratet und über genügend Geld verfügt, soll sich bei jeder einzelnen Anschaffung überlegen, ob es sich

hier nicht um Gegenstände handelt, die vielleicht in kurzer Zeit so veraltet sind, dass sie unbrauchbar werden. Silbernes Besteck, Tisch- und Bettwäsche, gute Teppiche darf man ruhig in entsprechender Quantität kaufen. Im übrigen aber soll man vorsichtig sein. Nie erwerbe man Möbel in einem ausgesprochenen Modestil. Es ist mit den Möbeln, wie mit den Kleidern, je ausgesprochenere Modeprodukte sie sind, um so schneller veralten sie.

Ein weiterer Grund, der gegen die Anschaffung der kompletten Aussteuer, wie sie weitherum noch üblich ist, spricht, ist die Möglichkeit der Veränderung des eigenen Geschmackes. Oft entwickelt sich der Geschmack erst mit den Jahren, vor allem in den Gebieten, mit denen man sich bis zur Verheiratung nicht abgegeben hat.

Wie manches Ehepaar schämt sich mit 40 Jahren der Dinge, auf die es mit 25 Jahren sehr stolz war! Der Teppich, der Fauteuil, der ihm mit 25 Jahren sehr



Die ARBA ist gegenwärtig die grösste und aussichtsreichste Lotterie der Schweiz.  
Sie bietet Riesentreffer bis zu einer halben Million

**30.okt. 1937** *Schluss-Ziehung*  
**20 003 Treffer = 2 Millionen Franken.**

**Die ARBA verschiebt nicht!**

**$\frac{1}{4}$  Los Fr. 5.—,  $\frac{1}{2}$  Los Fr. 10.—,  $\frac{1}{1}$  Los Fr. 20.—. Pro Serie das Zehnfache. Jede Serie ein Treffer**

**Verlangen Sie Prospekte!**

**ARBA - LOTTERIEBUREAU ZÜRICH 2**  
Bleicherweg 7  
Postcheck VIII 24.633, Telephon 70.388

schön erschien, wird später als Fremdkörper empfunden, der mit den entwickelten ästhetischen Ansichten in Widerspruch steht.

Aus all diesen Gründen glaube ich, die Leute würden in den meisten Fällen besser fahren, mit einer möglichst bescheidenen Aussteuer anzufangen. Je nach den Bedürfnissen können im Laufe der Zeit Ergänzungen vorgenommen werden. Wo sehr grosse oder gar keine Mittel vorhanden sind, spielen all diese Erwägungen keine so grosse Rolle. Problematisch ist die Aussteuerangelegenheit hauptsächlich für den Mittelstand.

Ich kenne folgenden Fall: Ein junges Mädchen, das einen Lehrer heiratete, besass ein kleines Vermögen von 25,000 Franken. Von dieser Summe wurden nun volle 20,000 Franken für eine sogenannte gut bürgerliche Aussteuer verwendet. Kurze Zeit darauf verlor der junge Mann infolge einer Differenz mit der Schulpflege seine Stelle, und zu allem Unglück wurde er auch noch krank, so dass ein mehrjähriger Aufenthalt in einem Sanatorium nötig wurde. Die übriggebliebenen 5000 Franken waren bald aufgebraucht. Die Familie kam in eine immer grössere Notlage. Die teure Einrichtung wurde zuerst eingestellt, dann verkauft. Der Erlös betrug 4000 Franken.

Solche Fälle kommen viel häufiger vor, als man meint. Es ist selten gut,

seine ganzen Ersparnisse in einer Aussteuer zu immobilisieren.

Man muss sich vor allem klar sein, dass Haushaltungsgegenstände, auch Möbel, keine Kapitalanlage bilden. Wenn in Inseraten manchmal von Möbeln als Sachwerten die Rede ist, so darf man das nicht wörtlich nehmen. Früher war es so; ein guter Kasten, den ein Schreiner im Mittelalter anfertigte, behielt seinen Wert, solang er gebrauchsfähig war. Er konnte jederzeit zu einem entsprechenden Preis veräussert werden. Heutzutage haben Haushaltungsgegenstände, auch Möbel, nur einen *Gebrauchs-* und keinen *Sachwert*. Wenn man sie verkauft, erhält man in der Regel nicht viel mehr als den fünften Teil des Anschaffungspreises. Je luxuriöser die Möbel sind, einen um so kleinern Prozentsatz erhält man.

Das Schlagwort «*Möbel für Generationen*», das man gelegentlich in Inseraten liest, hält näherer Prüfung nicht stand. Die meisten von uns besitzen zwar einzelne Möbelstücke, die von den Urgrosseltern herrühren und auf die wir besonders stolz sind. Wir dürfen aber leider nicht erwarten, dass es unsren Enkeln mit dem Hause, den wir erworben haben, ebenso geht. Man darf nicht vergessen, dass inzwischen eine allgemeine Geschmacksverwilderung eingetreten ist, und dass sich ausserdem die Mode in früher unbekanntem Ausmass der Möbel-

**vereint:**

**Prothos**

bietet für jeden Fuß  
den passenden Schuh

Verlangen Sie aber bei  
Ihrem Schuhfachmann aus-  
drücklich

**Prothos**

Eleganz, Qualität und Wohlbehagen

Schöner, bequemer Halbschuh, mit  
gelochtem Wildleder-Einsatz, in  
Chevreau schwarz und braun

Eleganter, leichter Halbschuh,  
in Chevreau und Wildleder,  
schwarz und braun

stile bemächtigt hat. Wir freuen uns zwar an den Möbeln, die aus dem Anfang des letzten Jahrhunderts zu uns gekommen sind, für die Erzeugnisse der deutschen Renaissance und des Jugendstils können wir aber keine Begeisterung mehr aufbringen. Und wenn wir sie erben, so herrscht, wenn wir ehrlich sind, durchaus nicht eitel Freude. Es ist sehr zu fürchten, dass es unsren Kindern und Enkeln ähnlich geht, wenn sie einmal die Stilprodukte, welche unsere Zeit hervorbringt, übernehmen sollen. Es ist sehr wahrscheinlich, dass man in fünfzig Jahren diese Möbel nicht geschenkt will.

Eine Ausnahme bilden nur Kunstwerke und gute Antiquitäten. Wirkliche Kunstwerke und wirkliche Antiquitäten behalten ihren Wert immer. Wer mit Verständnis Bilder oder Antiquitäten gekauft hat, kann diese immer zum halben Preis wieder absetzen, wenn er Glück hat, bekommt er sogar mehr, als er bezahlte.

Nun weiss ich allerdings, dass das Leben zu vielgestaltig ist, als dass alles über einen Leisten geschlagen werden könnte. Ich kenne ein anderes Beispiel, welches das vorher gesagte Lügen strafft.

Ein junger, strebsamer Bankangestellter mit einigen tausend Franken Ersparnis, verheiratete sich mit einem Mädchen aus sogenannter guter Familie. Die Eltern der Braut gaben ihren letzten Rappen her, um ihrer Tochter eine Aussteuer zu geben, welche sie für standesgemäß hielten. Dem Bräutigam schwebte eine komfortable Vierzimmerwohnung vor. Seine Ersparnisse wurden ebenfalls für die Aussteuer aufgebraucht. Aussteuer und Wohnung waren im Verhältnis der Mittel viel zu teuer. Sie stärkten aber das soziale Selbstbewusstsein der jungen Leute dermassen, dass es ihnen selbstverständlich schien, in den Lebensstil, den sie sich vorgenommen hatten, mit der Zeit auch finanziell hineinzuwachsen. Der junge Mann hielt sich, vielleicht unberechtigterweise, für etwas Beseres, zu Höherem berufen. Nun ist es so, dass die Welt den Menschen im allgemeinen das gibt, was sie von ihr erwar-

*Jede Mahlzeit ein Fest*

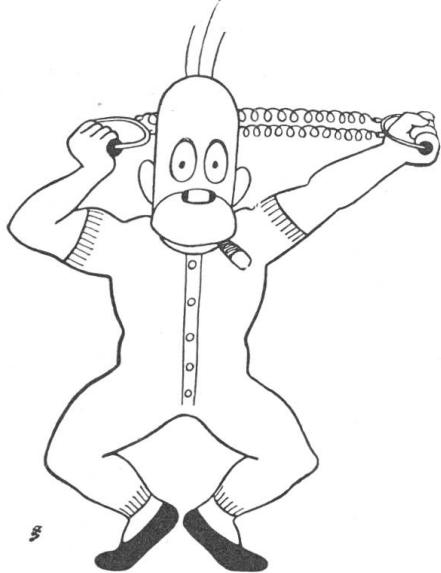
wäre nach dem Ausspruch eines Weisen das Ideal. Denn die Umstände, unter denen die Nahrung eingenommen wird, tragen sehr viel zur richtigen Ausnutzung im Körper bei.

Einem abgespannten, nervösen Menschen fehlt meistens der Appetit. Darum ist es so wichtig, gegen Abnützungsscheinungen anzukämpfen, Nerven und Magen zu stärken, wenn die ersten Anzeichen von Ermüdung sich zeigen. Elchina hilft zu gutem Appetit und geregelter Verdauung, weil es jede Zelle des Körpers zu neuem Schaffen anregt.

Machen Sie darum Ihre Mahlzeit zum Feste durch die goldene Regel

3x tägl. **ELCHINA**  
das altbewährte Elixir aus Chinarinde und Glycerophosphaten. Originalfl. Fr. 3.75 Doppelfl. Fr. 6.25, Kurp. Fr. 20.—.  
Erhältlich in Apotheken.

Die Grosse  
**Färberei Murten**  
in Murten  
färbt und reinigt alles  
tadellos prompt und billig.



Sechs — und — zwanzig hy — gt — e — niſch  
Sieben — und — zwanzig weich und ſchick  
Acht — und — zwanzig sehr e — last — iſch,  
Neun — schmiege — sam und luſt — durch — läſſ — ig,  
Zehn — und — zwanzig : macht nicht dik!

*Man ahnt es...*  
*Adamson trägt* **cosy**,  
Unterkleider <sup>MD</sup>

Das Beste  
zur Mund- und  
Zahnpflege

ODOL

ODOL-MUNDWASSER  
ODOL-ZAHNPASTA  
ODOL-ZAHNBÜRSTE  
ODOL COMPAGNIE A.-G., GOLDACH - ST. GALLEN

ten. Das junge Ehepaar pflegte einen seiner Vierzimmerwohnung entsprechenden geselligen Verkehr, und als nach einiger Zeit in einer benachbarten Ortschaft eine neue Bankfiliale eröffnet wurde, übergab man die Leitung dem strebsamen, jungen Mann. Heute ist er wohlbestellter Bankprokurist, und eines Tages wird er wahrscheinlich zum Vizedirektor aufrücken. Ich will nicht sagen, dass ihn diese Aussteuer zum Vizedirektor machen wird; aber sicher wird sie wesentlich dazu beitragen.

Wir alle kennen die Witwen, die in einer grossen Wohnung, mit allen Möbeln der ganzen Aussteuer von einer bescheidenen Rente leben. Diese Möbel bedeuten für sie eine seelische und soziale Stütze. Aus der Wohnungseinrichtung schöpfen sie immer wieder das nötige soziale Selbstbewusstsein. Was für einen Adeligen die Ahnen, sind für sie das Büffett und das komplette silberne Essbesteck für 12 Personen.

Die meisten Leute würden aber besser fahren, wenn sie nicht so an der Idee einer kompletten Aussteuer hängen und sich ihren Haushalt allmählich aufzubauen würden.

Die kleine Aussteuer birgt allerdings auch eine Gefahr in sich, nämlich, dass das ersparte Geld zur Deckung der laufenden Ausgaben verbraucht wird. Es ist vielleicht unklug, seine ersparten 20,000 Franken unvernünftig in fragwürdigen Einrichtungsgegenständen anzulegen; aber ist immer noch gescheiter, als dieses Geld unnütz zu verbrauchen. Sobald die ersten Kinder da sind, klettern die Ausgaben rapid in die Höhe. Die Ersparnisse werden nun für die dringendsten Ausgaben gebraucht. Später kommt man vielleicht nicht einmal mehr dazu, das Nötigste anzuschaffen. Wenn ein solider Grundstock fehlt, mangelt es dann während des ganzen Lebens an allem. Es fehlt an Leintüchern, an Tischtüchern, man hat kein rechtes Besteck, man brauchte eigentlich schon lange zwei, drei bequeme Stühle, aber die laufenden Ausgaben sind so gross, dass man einfach nicht zu diesen Anschaffungen kommt.

Ich möchte deshalb den Vorschlag machen, bei der Verheiratung eine bestimmte Summe, die man für die Aussteuer verwenden wollte, auf ein separates Kassenbüchlein anzulegen. Dieses Geld wird dann mit der Zeit nur für nötige Anschaffungen verwendet. Ein solches Sparkassenbuch trägt auch noch Zinsen, was bei Gegenständen nicht der Fall ist. Auch dieser Punkt wird zu wenig berücksichtigt. Wenn ich 5000 Franken auf die Bank lege, die ich erst nach zehn Jahren brauche, so wächst das Kapital ( $\text{à } 3\%$  verzinst) auf Fr. 6720 an. Wenn aber 5000 Franken in Tisch- und Bettwäsche angelegt werden, welche erst nach zehn Jahren zur Verwendung kommen, so hat sich der Wert dieser Investition nicht erhöht.

Dieses System hat ausserdem den Vorteil, die Eltern zu veranlassen, ihren Kindern bei der Verheiratung eine bestimmte Summe zu überlassen. Es dient niemandem, wenn die Eltern auf der Bank Zinsen aufhäufen, während die Kinder kaum genug zu einem anständigen Leben haben. Die meisten Menschen trennen sich sehr ungern von ihrem Geld, auch wenn es sich um die eigenen Kinder handelt. Daher hat die Tradition, dass Eltern ihren Kindern eine Aussteuer mitgeben, auch wirtschaftlich grosse Vorteile. Warum sollen aber die Eltern die Aussteuer nicht in Geld (das dann separat angelegt wird) statt in Waren übergeben?

Die Aussteuerversicherung, wie das Aussteuersparheft, verdienen deshalb, unterstützt zu werden. Nur ist es nicht notwendig, diese mühsam ersparten Batzen im Moment der Verheiratung bis auf den letzten Rappen auszugeben.

Es gibt für das Aussteuerproblem, wie übrigens auch für alle andern Lebensprobleme, keine schematische Lösung. Der Sinn dieses Artikels kann nicht darin liegen, fertige Rezepte zu geben. Wenn er dazu anregt, die prinzipiellen Fragen gründlich zu studieren und diejenige Lösung zu suchen, die für den eigenen Fall passt, dann ist sein Zweck erreicht.

**Allegro**  
Mod. Original

Dieser ideale, kleine Apparat schleift nach einem völlig neuen Prinzip ebenso tadellos rostfreie Tafel- wie Küchen- und Taschenmesser etc. Im Haushalt unentbehrlich. Preise Fr. 3.— und Fr. 5.—.

Erhältlich in einschlägigen Geschäften. Prospekt gratis durch  
**Industrie AG. Allegro, Emmenbrücke 59**  
(Luzern)

Auf Reisen die geprefte Mensa- oder Cella-Binde. Dazu Cosa; es sichert Wohlbefinden.

Ein paar Tropfen vom Monatskosmetikum **COS** auf die Binde trüpfeln. **COS** erfrischt, beseitigt Hemmungen (Geruch usw.), gereizte Stimmung und Unlustgefühle; macht frei im Verkehr mit der Umwelt.

Schweizer Verbandstoff - Fabriken AG., Flawil

**Schweizer Küchenspezialitäten**  
**Rezepte aus allen Kantonen**  
von Helen Guggenbühl  
Preis Fr. 3.80  
**SCHWEIZER-SPIEGEL-VERLAG**

**Contra-Schmerz**: Zwei Worte,  
die zu einem Begriff geworden sind

bei  
**Rheuma**  
**Monatsschmerzen,**  
**Kopfschmerzen, Migräne,**

12 Tabl Fr. 1.80  
In allen Apotheken  
DR. WILD & CO.  
BASEL