

Beilage zu Nr. 10 der Schweizer Frauen-Zeitung

Objektyp: **Appendix**

Zeitschrift: **Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis**

Band (Jahr): **16 (1894)**

Heft 10

PDF erstellt am: **26.09.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

Kleine Hausmittel.

Gegen Zahnschmerz und geschwollene Waden möchte ich auf ein einfaches Mittel hinweisen; sobald man nämlich etwas Schmerz verspürt, reibe und drücke man mit dem Finger das Zahnhäutchen von oben nach unten (ableitende Massage), auch streiche man den Hals an den Seiten abwärts. Ebenso verfährt man bei geschwollenen Waden; ist bei diesem die Geschwulst schon zusammengezogen, so nehme man kaltes Wasser (12 Grad) in den Mund, biege sich zurück und lasse es so lange darin, bis es warm wird. Diese Spülung wiederhole man bis das Geschwür sich öffnet.

Ist das Zahnweh rheumatischer Art, so thut eine Tasse Kamillenthee gute Dienste; gleichzeitig steckt man ein paar Kamillenblüten in das Ohr. Auch wendet man heiß gemachtes Kochsalz an, das man in Mullbeutel auf die schmerzende Wange legt. Man wechselt diese heißen Salzbeutel alle zehn Minuten und fährt hiemit einige Stunden fort. Unter Umständen wirkt geriebene rohe Kartoffel, die auf die Wade gelegt wird, besonders zur Nachtzeit vorzüglich. Auch hilft es oft augenblicklich, besonders wenn der Schmerz aus hohlen Zähnen herrührt, wenn man Schwefelkieselnurgen kaut. Zahnschmerz, der nervöser Natur ist, kann auch durch Kauen, sei es eines Butterbrotes oder eines Stückes Fleisch, gehoben werden. Das Kauen wirkt beruhigend und mildert auf die aufgeregten Nerven. Schnupfen von etwas Rum ist bei Verkältung sehr gut.

Zur Stärkung der Sehkraft ist es ein vorzügliches Mittel, wenn man die Augenlider, wie die Augenbrauen- und Schläfengegend täglich, am besten unmittelbar vor dem Schlafengehen, mit kaltem Wasser befeuchtet. Das stärkt die Nerven und schützt vor Blutüberfüllung, eine der Hauptursachen der meisten Augenübel.

Eingewachsene Zehennägel. Das beste Mittel zur Hebung des schmerzhaften Nagelleidens, das gemeist die große Zehe befallt, ist die Anwendung eines Zehenbades in lauem Wasser, dem ein erbsengroßes Stück Nektali zugefügt wird, täglich zwei- bis dreimal, jedesmal etwa 20 Minuten lang. Durch die Einwirkung des Nektali wird die Hornsubstanz des Nagels erweicht und der Druck des eingewachsenen Nagels auf die unterliegenden Weichteile aufgehoben. Um das Dürr- und Sprödewerden der Zehennägel, wozu manche Menschen zeitweilig eine besondere Anlage haben, aufzuheben und das schmerzhafteste Gefühl im Nagelgebiete beim Gehen zu beseitigen, genügen gewöhnlich mit lauer Keimamabkochung hergestellte Fußbäder, in der Woche öfters wiederholt.

Der Versand der Einbanddecken

für die „Schweizer Frauen-Zeitung“ und für die Beilage „Für die Kleine Welt“ hat wieder begonnen. Um baldige Aufgabe noch ausstehender Bestellungen wird gebeten. Fehlende Nummern zum kompletieren der Jahrgänge werden so weit möglich kostenfrei geliefert.

Achtungsvoll!

Die Expedition.

Briefkasten.

J. J. in A. Als Erbauungsbuch kann Ihnen als Angebinde für den genannten Anlaß empfohlen werden „Kamblis Fromm und Frei“, Verlag von Cäsar Schmidt, Zürich. Es besteht eine Ausgabe für Töchter und eine solche für Jünglinge. Dann „Die Frauen und ihr Beruf“ von Luise Budner, Verlag von H. Thomas, Leipzig. Weiter „Glück“ von Prof. Dr. Hiltz, J. Gubers Verlag, Frauenfeld; „Gero's Gedichte“, „Im Wechsel der Tage“, „Selbständige Mädchen“. Wenn Sie uns ungefähre Anhaltspunkte für Art und Tenor des Gewünschten geben wollen, könnte uns dies zu einer richtigen Wahl verhelfen.

Amisende in L. Die Bezeichnung „a. D.“ bedeutet: außer Dienst.

Fr. B. O. in A. Erlernen Sie sich erst in die Eigentümlichkeiten anderer willig und freundlich schicken. Das ist die erste Bedingung, um eine Stelle unter Fremden mit Ehren versehen zu können.

Junge Hausfrau in A. Die wertvollsten Stücke des Fleisches vom Tiere sind: Lammel, Schaf und Schwanzstück, Hüftenstück, Vorderrippe und Hinterchenkel.

Herrn J. F. O. Das Unglück ist zum Glück unbedingt notwendig. Wie können Sie das Glück verstehen, sich dessen voll bewußt werden — und nur im vollen Bewußtsein des Glückes besteht für den Menschen das Glück — wenn Sie nicht auch das Unglück kennen gelernt haben? Breiß doch die kurzfristige Welt manchen glücklich, der sich tief unglücklich fühlt.

Vom Unglück Betroffene in B. Eine Ortsveränderung ist das beste Mittel, um über einen solchen Umkehrung in den äußeren Verhältnissen hinwegzuhelfen. Manches Unglück an und für sich ist leicht zu ertragen; aber das Bewußtsein, daß unsere lieben Nächsten sich damit befaßen werden, die Teilnahme, das Mitleid, die Berachtung oder die Schadenfreude — das ist's, was das

Unglück für uns erst zu einem Unglück macht und die Dornen uns ins Fleisch drückt. Die öffentliche Meinung ist eben eine Macht, der viele sich willenlos beugen und der manches vielversprechende Leben schon zum Opfer gefallen ist. Wer nicht die Kraft in sich fühlt, sich über das Urteil der Menge hinwegzusetzen und dem Unglück ungebeugt die Stirn zu bieten, der wechsle den Wohnort und stelle sich auf neuen Boden, bis er sich zur nötigen Ruhe durchgearbeitet hat. Im Gewähle einer Großstadt ist es am besten möglich, unbehelligt von anderen zu leben; wo der einzelne in der Menge verschwindet und jeder empfangene Eindruck sich rasch verwischt. So sehr die gesellschaftlichen Verbindungen dazu angethan sind, uns durch anregende Freuden das Dasein zu verschönen, so sehr erschweren sie dem vom Schicksal Betroffenen das Leben, wenn seine bürgerlichen Verhältnisse erschüttert sind. Ein Ortswechsel ist Ihnen ganz besonders an der Hand zu raten. Diese haben in solchem Falle oft viel mehr zu tragen und zu leiden, als die in Schmerz verfunkenen Mutter, die sich so viel als thunlich außer den gesellschaftlichen Verkehr stellt, nur ahen kann. Sie sind mitten aus ihrem Himmel gerissen, haben noch nicht genug Lebenserfahrung, sind noch nicht reif genug, um als Philosophen sich in das Unabänderliche zu schicken und aus dem Unglück das Gute rasch heraus zu finden. Eine Jugend, der die Lebensfreude genommen ist, ist bejammernswert. Ueber ihren eigenen Schmerz darf die Mutter ihre Pflichten gegen die Kinder nicht vergessen.

Herrn G. J. und Frau A. S. B. Ueber den Raum dieser Nummer war bei Eingang Ihres Materials bereits verfügt, es muß der Stoff also für nächste Nummer zurückgelegt werden.

Junge Abonnentin im Westen. Wenn Sie von nervöser Anlage sind und Ihre Eltern ebenfalls an Nervosität leiden, so möchten wir Ihnen nicht raten, sich fürs Universitätsstudium vorzubereiten. Sie würden dasselbe kaum zu einem guten Ende führen können. Ohne gesunde Körper- und ausdauernde Geisteskräfte kann ein betriebliges Studium nicht erwartet werden. Wir unserseits vermögen dem Studium keinen Nutzen beizumessen und keinen reellen Wert, wenn man mit untergrabener Gesundheit und halbwegs zerrütteten Geisteskräften vor dem Examen stehen muß. Was soll da nachher aus einer praktischen Beschäftigung werden? Viel Aufenthalt und Bewegung im Freien und mehr körperliche Thätigkeit, das ist's, was Ihnen bekommen wird. Wählen Sie sich Ihren Lebensberuf in diesem Sinne.

Frau L. J. in B. Wollen Sie zur Prüfung einfinden?

L. L. L. Nummer 12 vom Jahrgang 1890.

Neuheiten in schwarzen Stoffen. Cachemirs, Phantasie- und Etkamin-Stoffe. Reine Wolle, per Meter Fr. 1.45—6.45, in schwarz u. farbig. Halbtrockenstoffe, neueste Gewebe, reine Wolle, per Meter Fr. 1.25—3.45. Hochfeinste schwarze Stoffe in ca. 300 Qualitäten versenden zu billigsten Preisen Meter- und Robenweise franko ins Haus an Private. Oettinger & Cie., Zürich. Muster obiger, sowie sämtlicher farbigen Damen- und Herrenstoffe, Baumwollstoffe (Restenstoffe der letzten Saison unter Ankaufspreisen, franko auf Wunsch. 387)

Solideste Angebote in Herren-Stoffen. Vollkommen genügend. BUCKSKIN-Stoff zu einer Herren-Hose zu Fr. 2.95. Muster franko. BUCKSKIN-Stoff zu einem Herren-Anzug zu Fr. 7.35. Muster franko. BUCKSKIN-Stoff zu einem Knaben-Anzug zu Fr. 4.95. Muster franko. Auswahl sämtlicher BUCKSKIN Herren- und Frauen-Stoffe. Muster zu reduzierten Preisen liefern ungenügend franko ins Haus. Oettinger & Cie., Zürich. 391

F. Jelmoli, Fabrik-Depot, Zürich, sendet franko an jedermann: Muster von schwarzen Cachemirs, Chevots, Tuchen, Crépons, Mohairs, aparten Neuheiten, doppeltbr. reine Wolle, von Fr. 1.15 bis Fr. 6.50 per Meter, sowie solche von Herrenstoffen, Baumwollwaren, Bettdecken. 359

Adolf Grieder & Co., Seidenstoff-Fabrik-Union, Zürich versenden zu wirklichen Fabrikpreisen schwarze, weiße und farbige Seidenstoffe jeder Art von 75 Cts. bis Fr. 18.— per métre. Muster franko. Reste Bezugsquelle für Private. Foulard-Seide Welche Farben wünschen Sie bemustert? 104

Lungen- und Nervenleidende gebrauchen mit grossem Erfolge Dr. med. Hommel's Hämatozen (Haemoglobinum depuratum sterilisat. liquid.). Rasche Hebung des Appetits und der körperlichen Kräfte, sowie Stärkung des Gesamt-Nervensystems. Dépôts in allen Apotheken. Prospekte mit Hunderten von nur ärztlichen Gutachten gratis und franko. 156 Nicolay & Co., pharm. Labor., Zürich.

Reinigt das Blut durch eine Kur mit Golliez' Nusschalensirup, glücklichste Zusammensetzung der eisen- und phosphorsäuren Salze. Ausgezeichnetes Blutreinigungsmittel und Stärkungsmittel für Kinder, besonders die den Leberthran nicht vertragen. In Flaschen zu Fr. 3.— und 5.50, letztere für eine monatliche Kur reichend. Man achte auf die Fabrikmarke der 2 Palmen. Hauptdepot: Apotheke Golliez, Murten. 33

Unübertroffen

in Wohlgeschmack, Nährkraft, Bequemlichkeit und Billigkeit sind die getrockneten Gemüse, Spinat, Wirsing, Grünkohl, Karotten, Schnittbohnen, Julienne, sowie die vorzüglichen Suppeneinlagen, Kindermehle und fertigen Erbswurst- und Fleischbrühsuppen in Rollen von 12 und 5 starken Portionen 300] der Präservenfabrik Lachen am Zürichsee.

Stellegesuch. Eine brave Tochter aus achtbarer Familie, katholischer Konfession, 18 Jahre alt, sucht Stelle in gebildeter Familie, wo sie als Stütze der Hausfrau den Haushalt gründlich erlernen könnte. Offerten gefl. sub 328 an Haasenstein & Vogler, St. Gallen, zu adressieren. 328

Modes. Eine brave, willige Tochter, die den Modenberuf gründlich erlernt, findet Jahresstelle. Offerten W Z poste restante Schaffhausen. 358

Schneiderin gesucht. Man sucht für ein kleines Atelier der französischen Schweiz ein junges, arbeitsames Mädchen, welches eine sehr gute Lehrzeit durchgemacht hat und im stande wäre, die Meisterin zu vertreten. Monatlicher Lohn und Unterhalt. Gefl. Offerten mit Angabe der Konditionen zu adressieren unter Chiffre H 2562 L an die Annoncen-Expedition Haasenstein & Vogler, Lausanne. 366

On désire placer dans le canton de Vaud ou Neuchâtel, au commencement du mai, en échange d'une fille de bonne famille, la fille d'un pasteur d'une petite ville de la Suisse allemande, où il existe une bonne école secondaire. 368 Occasion d'apprendre le piano demandée S'adr. sous chiffre 868 à Haasenstein & Vogler, St. Gall. 366

Gesucht: ein treues, zuverlässiges Kindermädchen gesetzten Alters, welches im Zimmersdienst bewandert ist, nähen und bügeln kann. Ohne gute Empfehlungen unnütz, sich zu melden. Anmeldungen unter Chiffre 370 richte man an Haasenstein & Vogler, St. Gallen. 370 Eine gesetzte Tochter, im Saal- wie Zimmerservice tüchtig, mit schöner Handschrift, sucht Saison-event. Jahresstelle, am liebsten in einer Pension oder auch in einem Laden. Off. sub Chiffre L F 364 an Haasenstein & Vogler, St. Gallen.

Kochschule von Frau Engelberger-Meyer. Oberer Hirschengraben Nr. 3, Zürich. Hiemit zeige ich den geehrten Damen ergebenst an, dass der 70. Kurs am 2. April 1894 beginnt. (OF 113) 350 Zugleich empfehle das von mir herausgegebene Kochbuch, elegant gebunden, zum Preis von 8 Fr. Frau Engelberger-Meyer.

Pensionat von Guillermaux in Payerne. Gegründet 1867. — Erweitert 1890. Erlernung des Französischen nach rascher und sicherer Methode. Englisch, Italienisch, Deutsch, Musik. Spezielle Vorbereitung auf das Bankfach, den Handel und besonders auf die Prüfung für das Post- und Telegraphenfach. Preis 60 Fr. per Monat. Zahlreiche Referenzen. Man verlange den Prospekt. (H 1017 L) 246 Der Eigentümer: Jomini de Corges, Oberlehrer.

Töchterpensionat in Biel. Töchter, welche die hiesige Fortbildungs- und Handelsklasse zu besuchen wünschen, finden bei Unterzeichnetem gute Aufnahme. — Familienleben. — Mässige Preise. — Ausgezeichnete Gelegenheit zum Studium der modernen Sprachen und der Handlungswissenschaften. Man verlange Programm und Prospectus. 164 Georges Zwikel-Welti, Schuldirektor, Biel.

Gesucht: (H 1148 M) für ein Weisszeug- u. Hemdengeschäft eine Lehrtochter, welche nebst dem Nähen die französische Sprache erlernen möchte. Familienleben. Zahlreiche vorzügliche Referenzen in der deutschen Schweiz. Privatunterricht. 352] Vittoz, Lehrer in Montreux.

Eine erfahrene Kindergärtnerin wünscht auf Anfang des neuen Schuljahres ihre Stelle zu ändern, sei es an einen Kindergarten oder in eine Familie zur Erziehung der Kinder im vorschulpflichtigen Alter. Referenzen und gute Zeugnisse über langjährige Praxis stehen zu Diensten. Offerten sub Chiffre H 891 Z an die Annoncen-Expedition Haasenstein & Vogler, Zürich. [348]

Töchterinstitut Mauerhofer-Morel
Petit Château, Lausanne.
Stunden in der Anstalt. Praktischer und gewissenhafter Unterricht in Französischen, Deutschen, Englischen, Italienischen, in der Musik und Malerei. Frauenarbeiten. Prospekt und Referenzen zur Verfügung. (H 506 L) [208]

La famille d'un magistrat suisse qui habitera sous peu Lausanne, recevra quelques jeunes filles en pension. Soins maternels. Leçons de français, anglais, piano, dessin et peinture. (H 1248 L) [252]
Références à disposition.
Ad. H. Capt, Solliat Vaud.

Für Fremde.

Kleine, ruhige Pension für kurzen oder längeren Aufenthalt; schöne Lage mit Garten, nahe am See und Tram. Vorzügliche Küche; Bäder im Hause. 357] **Zürich-Enge**, Lavaterstr. 55.

Eine alleinstehende Dame in Grandson, Besitzerin eines schön gelegenen Hauses mit schattigem Garten, wäre geneigt, einige Töchter in Pension zu nehmen, welche die französische Sprache, Handarbeiten, sowie auch die Hausgeschäfte zu erlernen wünschen. Christliches Familienleben, gesunde, reichliche Nahrung, mütterliche Pflege und Aufsicht werden zugesichert. Preis per Monat Fr. 60.—. Beste Referenzen. Gefl. Anfragen an das Annoncenbureau dieses Blattes. [56]

Nach Ostern würde ein Pfarrer im Kanton Waadt zwei junge Töchter in Pension nehmen, welche das Französische erlernen wollen. Familienleben. Referenzen zur Verfügung. Gefl. Offerten unter Chiffre H 2390 L an die Annoncen-Expedition Haasenstein & Vogler, Lausanne. [345]

Genève-Pension.

Bei einer Pfarrerswitwe würde man einige Fräulein aufnehmen. — 100 Fr. mit französischen Stunden. Man wende sich an **Mme Chalumeau**, Boulevard de la Tour 12. Referenzen: **Mme Fichter**, Bahnhofstrasse 177, Basel. (H 692X) [346]

LAUSANNE.

Töchter-Pensionat, gegründet 1878.

Mmes STEINER.

281] Villa Mon Réve. (H 785 L)

Töchter-Pensionat

Lucano (Tessin).

Wunderschöne Gegend, mildes, gesundes Klima, angenehmes Familienleben. Gute französische und italienische Lehrstunden. — Referenzen und Prospectus stehen zu Diensten. (Ma 2361 Z) [349]
Vorsteherin Frau Bariff-Bertschy.

In einem Magazin des Kantons Waadt fänden

Töchter

Pension, um französisch zu lernen. Stunden nach Belieben. Mässiger Preis. Man wende sich an **Mad. Forestier**, Négociant in Suchy bei Yverdon. Gefl. auf Französisch antworten. (H 2389 L) [344]

PENSION (H 2207 L)

Vaucher, Lehrer, Verrières, Französisch. Sprache für Jünglinge. [338]

Tapiserie-Geschäft

in grosser Ortschaft der Ostschweiz ist billigst zu verkaufen. Für eine in Handarbeiten geübte Tochter od. Witwe mit einigen Tausend Franken Vermögen schönes Auskommen. Gefl. Offerten unter Chiffre 869 befördern Haasenstein & Vogler, St. Gallen. [369]

Praktische Töchterbildungsanstalt.

Zürich V. Vorsteher: Ed. und E. Boos-Jegher. Neumünster.

Beginn neuer Kurse an sämtlichen Fachklassen der **Kunst- und Frauenarbeitsschule** am 2. April. Gründliche, praktische Ausbildung in allen weiblichen Arbeiten für das Haus, oder besonders Beruf. Wissenschaftliche Fächer, hauptsächlich Sprachen, Buchhaltung, Rechnen etc. Separate Kurse für Handarbeitslehrerinnen. 13 Fachlehrerinnen und Lehrer. (H 616 Z) [292]

Kochschule. Internat und Externat. Auswahl der Fächer freigestellt. Bis jetzt über 1900 Schülerinnen ausgebildet. Programme in vier Sprachen gratis. Jede nähere Auskunft wird gerne erteilt. Telephone 1379. Tramwaystation Theaterplatz. Gegründet 1880.

Institut für moderne Sprachen und kaufmännische Korrespondenz.

Bitterlin, „Villa Mercuria“, Lucens

(Canton de Vaud, franz. Schweiz) 248] (vormals Chalet de Lucens). (H 991 L)

Jungen Leuten, welche sich dem kaufmännischen Stande widmen wollen, bietet diese Anstalt ausgezeichnete Gelegenheit zur gründlichen und schnellen Erlernung der französischen, englischen, italienischen und spanischen Sprache. Aufnahme zu jeder Zeit. Prima Referenzen in ganz Europa. Ganz modern eingerichtetes Haus, Warmwasserheizung; Badezimmer etc. Prospekte zu Diensten.

Institut für junge Mädchen

Strickland's Hall, Stowmarket (Suffolk).

Christliches Haus. — 1200 Fr. jährlich. — Nähere Erkundigungen bei Herrn Pfarrer **Rochedieu**, Acacias, Genf, einzuholen. (H 1680 X) [347]

Mädchenpensionat Münster (Berner Jura).

Geleitet von **Frauen Bichsel & Lanz**.

In diesem Institut finden junge Töchter, welche die französische Sprache erlernen und ihre Erziehung vervollständigen wollen, gute Aufnahme. Auch die englische, italienische und, wenn nötig, die deutsche Sprache, wie auch die weiblichen Handarbeiten, die Führung einer sorgfältigen Haushaltung wird gelehrt und Unterricht in allen Branchen des Studiums nach den speciellen Bedingungen des Programms und den gegenwärtigen Anforderungen erteilt.

Dieses Institut ist im Orte selbst in sehr gesundem Klima gelegen, und von einem grossen Garten umgeben, der zur Verfügung der Schülerinnen steht.

Sehr niedriger Pensionspreis. Familienleben. Ausgezeichnete Referenzen. Für Prospectus und jede andere Auskunft wende man sich an Madame **Bichsel in Münster**. (H 40 J) [166]

Privat-Heil- und Pflege-Anstalt

„Friedheim“ Zihlschlacht (Thurgau)

für Nerven- u. Geisteskranke.

Dirig. Arzt und Besitzer: **Dr. Krayenbühl**. [356]

Bürcher Schneider-Akademie.

Praktische und theoretische Fachlehranstalt für Damen- und Wäscheschneiderin von **Schwester Wisniewski**, Zürich, Lindenhof 5.

Gegründet 1882, über tausend Schülerinnen ausgebildet.

Ausgebildet als Directrice.

1. An der grossen Berliner Schneider-Akademie zu Berlin nach der verbesserten und vervollkommenen Methode des verstorbenen Direktors **KUHN**.
2. An der preisgekrönten Hirschschen Schneider-Akademie zu Berlin.

Ausgebildet als Lehrerin.

3. Nach dem alten System **KUHN** der grossen Berliner Schneider-Akademie zu Berlin.
4. Nach dem k. k. privilegierten System **SCHACK** in Wien.

5. Nach dem System für wissenschaftliche Zuschneidekunst von **H. SHERMANN** in Berlin. [1]

Der Unterricht wird **speciell nach den Nr. 1 und 2 bezeichneten weltberühmten Systemen erteilt.**

Einziges Fachlehrinstitut in der Schweiz, deren Vorsteherinnen eine so vielfältige praktische und theoretische Ausbildung genossen.

BÜNDNER CHOCOLADE von Müller & Bernhardt
in Originalpaketen von 1/2 lb & 80 Cts
MÜLLER & BERNHARDT
CACAO & CHOCOLADENFABRIK
überall zu haben



Müllers Selbstkocher

ist in letzter Zeit von uns bedeutend verbessert worden.

Die Verbesserungen sind:

1. Die innere Filzwandung fällt weg und somit Beseitigung des unangenehmen Geruches;
2. Verwendung eines neuen silberverzierten innern Cylinders, der sich eng an das Kochgeschirr anschmiegt und somit auch beste Reinigung möglich.
3. Beseitigung der Filzdeckel und Anschlusskissen, dagegen einen einfachen, aber äusserst praktischen Verschluss. Vollste Garantie für vorteilhafteste Leistungsfähigkeit des Apparates. — Prospekte mit Preisangabe gratis. [371]

Selbstkocherfabrik H. Hartwig, Ecke Zweier- u. Freystrasse, Zürich III.

Madame Bonjour-Gfeller

in **Lignières**, Kanton Neuenburg, nimmt 2—3 junge Töchter, die die französische Sprache zu erlernen wünschen, in Pension auf. Familienleben. Unterricht im Hause. Pensionspreis Fr. 50.— per Monat. [306]

Französische Sprache.

J. Betschon, Lehrer an der höhern Töchtertschule in **Vevey**, nimmt auf Anfang April oder Mai **3—4 Mädchen** auf. Gelegenheit, die guten Stadtschulen zu besuchen. Mässiger Pensionspreis, sechs Wochen Bergaufenthalt inbegriffen. Beste Referenzen. [367]

Für Eltern.

In einer geachteten Familie des Kantons Waadt wünscht man **eine oder zwei junge Töchter** aufzunehmen, welche das Französische erlernen wollen und Gelegenheit hätten, die guten Sekundarschulen der Stadt zu besuchen. Gute Fürsorge wird zugesichert. Mässiger Preis. Befehls Auskunft wende man sich gefl. an **Mme Capt**. Grand rue, Rolle. (H 2401 L) [342]

Eine ehrbare Familie im Kanton Waadt nimmt einige

Pensionäre

(Mädchen und Knaben) auf, welche die franz. Sprache erlernen und die Schulen besuchen möchten. Gute Pension zu 50 Franken per Monat. Familienleben; liebevolle Pflege. Empfehlungen stehen zur Verfügung. Adresse: **Alex. Pilot**, Château d'Oex, Waadt. (H 1770 L) [315]

Mesdames Henry Notar in Cortaillood bei Neuenburg würden

3—4 junge Töchter

aufnehmen, welche die französische Sprache gründlich zu erlernen wünschen. Vorzügliche Sekundarschule, wo alle Stunden gratis erteilt werden.

Sorgfältige Erziehung, angenehmes Familienleben. Sehr gesunde und stärkende Luft; Seebäder. Mässiger Preis. Referenzen zur Verfügung. [314]

Man wende sich gefl. an diese Damen in Cortaillood bei Neuenburg. (H 1769 L)

Dans un petit pensionnat situé à la campagne dans le canton de Vaud, on recevrait encore

deux ou trois jeunes filles.

Bonnes leçons de français, d'anglais, de piano. Air très salubre, bonne nourriture, soins dévoués. Prix modérés; bonnes références. S'adresser sous chiffre P 1690 L à l'agence de Publicité Haasenstein & Vogler, Lausanne. [312]

Pensionnat

de **Melles Lassueur**, maison Maulaz, Morges. Bonnes leçons, Nourriture fortifiante, abondante frs. 720.—. Bonnes références; Prospectus. (H 1591 X) [335]

Kleines Familien-Pensionat bei **Mmes Clerc** in **Fleurier** (Neuenburg). Diplomierte Lehrerinnen. Unterricht in der französischen und englischen Sprache und in der Musik. Referenzen: Herrn Pastor **Schordan**, Basel, Streitgasse 18, und bei Herrn Pastor **Henriod**, Fleurier. (H 1500 X) [331]

Franz. Sprache. 2 bis 3 junge Leute, welche die französische Sprache erlernen wollen, finden liebevolle Aufnahme bei **J. Dehon**, ehem. Lehrer in **Perroy** (schönste Lage am Genfersee). Angenehmes Familienleben. 3 Unterrichtsstunden tägl. Preis Fr. 100 pro Monat, alles inbegriffen. Beginn des Kurses: 15. April. Auf Wunsch wird auch Unterricht in der engl. Sprache erteilt. Ref.: Herr **Ed. Henriod**, ehem. Lehrer in Allaman (Kt. Waadt). (H 2373 L) [343]

Melles Reymond,

Campagne d'Epenex près Lausanne, recevraient quelques jeunes filles de bonnes familles désirant se perfectionner dans les langues, les arts d'agrément, les ouvrages du sexe et le ménage. — Vie de famille. Références et prospectus. Prix modéré. (H 58 L) [165]

Familien-Pensionat für Töchter. Gründlicher Unterricht in allen Fächern, hauptsächlich in der französischen Sprache. Anerkannt milde und gesundeste Lage. Beste Referenzen. **Mme Glascholl**, Château de Beaulieu, Lausanne. (H 1903 L) [321]

Töchter-Pensionat
in Bevaix (Neuenburg)
von Herrn und Frau Jeanneret-Humbert.
Staats-Diplome.
Vorteilhafte Preise. Prospektus gratis.
234] **Vorzügliche Referenzen.** (B1332 Y)

Töchter-Pensionat
Les Eaux, Rolle,
Genfersee (Schweiz).
Sorgfältige Erziehung. Schön gelegenes Landhaus. Angenehmes Familienleben. Mässiger Pensionspreis. — Gute Referenzen; Prospekte mit Ansicht durch die Vorsteherin. (M 6088 Z) [308
Fräulein Haenny.

Mädchen-Pensionat
Fornachon in La Mothe
bei Yverdon, Franz. Schweiz.
Gegründet 1872.
Gediegener Unterricht im Französischen, Englischen, Musik, Zeichnen, Malen, Handarbeiten und allen Wissenschaften. Engl. Lehrerin. Sorgfältigste Pflege bei mässigem Preise. Beste Referenzen aus ganz Deutschland, England und der Schweiz. Prospekte auf Wunsch. (H 1182 L) [254

Pensionnat (H 987 L) [259
de jeunes demoiselles
Les Bergières, Lausanne.
Education et instruction très soignées. Excellentes références.
Directrice: **Mlle. C. Weuve.**

Institution de jeunes gens
La Vilette, Yverdon.
Langues modernes et branches commerciales. Références à disposition. Pour programme et renseignements, s'adresser au Directeur (H 1239 L) 251] **M. Ch. Vodoz.**

Pension
mit hübschem Zimmer für einen jungen Mann, der die französische Sprache zu erlernen wünscht, in einer kleinen, guten Familie in **Vevey** (Waadt). Guten Tisch, mässiger Pensionspreis. Piano zur Verfügung. [339
Allfällige Offerten sind zu richten an **Mr. Blanc-Kirchhofer,** Avenue de Plan 22, **Vevey.**

Aux Parents.
Demoiselles instruites, habitant jolie localité très salubre recommandée par les médecins, recevraient jeunes demoiselles en pension. Conditions modérées. Langue anglaise, allemande, italienne, française, chant, piano, peinture, dessin et fins ouvrages. Références excellentes. S'adresser **M^{me} Piguet-Mury,** Begnins Coa de Vaud (Suisse). (H 1312 X) [309

Familien-Pension.
Eine Lehrersfamilie wünscht auf 15. April einige 14—16jährige Töchter aufzunehmen. Denselben würde Unterricht im Französischen, Zuschneiden von Weisszeug, Glätten, Nähen, sowie in den Hausaltungsarbeiten erteilt. Preis Fr. 500. — Referenzen von früheren Schülerinnen. Adresse: **M^{me} Cartier,** maîtresse d'école à **Marchissy, Kt. Waadt.** [365

Pension.
Eine gute französische Familie, 10 Minuten von der Stadt wohnend, würde einige junge Töchter in Pension nehmen, wo dieselben gut Französisch erlernen könnten. Unterricht im Hause, sowie Gelegenheit, die **höheren Schulen** zu besuchen. Mässiger Preis. Empfehlungen von mehreren Basler Familien zur Verfügung. Man wende sich an (H 975 L) 244] **Mr. Fournage à Yverdon** (Vaud).

Institut Boillet, Les Figuiers Lausanne (Schweiz).
(**Monsieur L. Steinbusch.**)
Mit nächstem Mai beginnt ein neues Schuljahr. Moderne Sprachen, Handelsfächer etc. Prospectus mit Referenzen. (H 1891 L) [320

Grosse Ersparnis **Kein lästiger**
an Butter und Feuerungsmaterial! **Rauch und Geruch mehr!**
Die Braunmehl-Fabrik
von **Rudolf Rist** in **Altstätten, Kanton St. Gallen,** empfiehlt **fertig gebranntes Mehl,** speziell für **Mehlsuppen,** unentbehrlich zur Bereitung schmackhafter Suppen, Saucen, Gemüsen etc.
Grosse Anstalten, Spitäler und Hoteliers sprechen sich über das Fabrikat nur lobend aus. — **Chemisch untersucht.** [3
Überall zu verlangen!
In St. Gallen bei: **A. Maestranzi, P. H. Zollikofer, z. Waldhorn, F. Klapp, Drog., Jos. Wetter, Jakobstr.;** in St. Fiden bei: **Erger-Voit, Joh. Weder, Langgasse.**

Der echte
EISENCOGNAC GOLLIEZ
seit 18 Jahren das anerkannt beste Eisenpräparat
ist ärztlich empfohlen gegen:
Bleichsucht **Ausgezeichnetes**
Blutarmut **Stärkungsmittel**
Appetitlosigkeit **Allen durch schwere Arbeit,**
Magenkrämpfe **übermässiges Schwitzen,**
Migräne **Ausschweifungen etc.**
Nervenschwäche **Leidenden empfohlen.**
Schlaflosigkeit **Leicht verdaulich**
Schwere Verdauung **und Zähne nicht angreifend.**
An allen Welt- und internationalen Ausstellungen prämiert. Nur echt in Flascons zu Fr. 2. 50 und 5. — mit der Marke der 2 Palmen. Fälschungen weisen man zurück. **Depots:** in allen Apotheken und Drogerien. [206

Soeben erschien in fünfter, neubearbeiteter Auflage: [3
Gibt in mehr als 70,000 Artikeln auf jede Frage kurzen und richtigen Bescheid.
MEYERS
HAND-LEXIKON
des **allgemeinen Wissens.**
„Von allen nützlichen Büchern kenne ich kein so unentbehrliches wie dieses.“ (Dr. Jul. Rodenberg.)
Verlag des Bibliographischen Instituts in Leipzig u. Wien.

Die DAVIS **Vertreter** **Die DAVIS**
für die **Ostschweiz**
(ausgenommen Bezirk Zürich):
A. Rebsamen,
Nähmaschinen-Fabrik in **Rüti**
(Kanton Zürich).
Einzigere Vertreter für die Stadt und den **Bezirk Zürich:**
Hermann Gramann,
Mechaniker,
Münsterhof 20,
Zürich. [326

Bei **Hautkrankheiten, Ausschlägen** [36
jeder Art haben sich die **Dr. med. Smidschen Flechtenmittel,** bestehend aus Salbe Nr. 1u. 2, und Blutrreinigungspillen, als ebenso wirksam wie unschädlich bewährt und zwar Salbe Nr. 1 bei **nässenden Flechten, Ekzemen, Bläschen, Juckausschlägen, Gesichtsausschlägen, Knötchen, Fussgeschwüre, Salzfuss, Wundsein, Wunden, Hautunreinigkeiten etc.,** — Salbe Nr. 2 bei **trockenen Flechten, Schuppenflechten, Psoriasis, Kopfgrind etc.**
Durch den gleichzeitigen Gebrauch von Salbe und Blutrreinigungspillen wird der Ausschlag beseitigt und das Blut gereinigt. 1 Paket, enthaltend 1 Topf Salbe und 1 Schachtel Blutrreinigungspillen, kostet Fr. 3. 75. Haupt-Depot: **P. Hartmann,** Apotheke Steckborn. **Depots:** St. Gallen: **Apoth. C. F. Hausmann, C. F. Lüdin, Löwenapotheke;** Buchs: **Apoth. J. Brand;** Ebnat Kappel: **Apoth. Siegfried; Flawil: Apoth. H. Saupé; Rapperswil: Apoth. Heibling; Basel: Alfr. Schmidt, Greifen-Apoth., Hubersche Apoth., Th. Bühler Hagenbachsche Apotheke; Aarberg: Apoth. H. Schäfer; Biel: Apoth. Dr. Bähler; Pruntrut: Apoth. Gigon; Delsberg: Apoth. Dr. Dietrich, Apoth. E. Feune.**

Pour Parents.
Dans une bonne famille du Canton de Vaud, on recevrait 3 ou 4 jeunes filles désirant apprendre le français. — Vie de famille agréable. Soins dévoués. Prix modéré.
S'adresser à **M^{me} et M^{lles} Rapin, Morges,** pour prospectus et références. (H 1579 L) [294

Pensionnat
de **jeunes filles.**
Maison et installations modernes, véranda. Enseignement des **principales langues, piano. Cours culinaires et de tenue de maison.**
Prix modérés. [247
Prospectus gratis et franco.
A. Leibbrand,
Chn. Rieu, Florissant,
(H 784 X) **Genève.**

Pensionnat de jeunes filles
tenu à **GENÈVE, 12 rue de Candolle**
par **M^{lles} Guillaume.**
Belle situation, logement salubre, ressources intellectuelles nombreuses, éducation soignée embrassant toutes les branches de l'activité féminine.
Pour prospectus et renseignements s'adresser aux directrices. (H 915 X) [275

Institut
Burion & Mermod
für junge Leute
Clendy bei Yverdon
(franz. Schweiz). [316
Gründlicher Unterricht in der französischen Sprache, den Handelswissenschaften u. s. w. Liebliche und gesunde Lage; freundliches Familienleben. Prospekte und Referenzen gratis. (H 1684 L)

Eieruhren
mit **Glockensignal**
unentbehrlich für jede Hausfrau
empfiehlt bestens [265
Gg. Scherraus
Uhrmacher
Linsebühlstrasse, **St. Gallen.**

Kein Asthma
mehr. **Katarrhe, Engbrüstigkeit, nervöses Husten, Erstickungsanfälle** u. s. w. erzielen sichere Linderung und Heilung durch Anwendung von **Rapins abessinischen Heilmitteln.** — Pulver à 5 und 3 Fr.; Cigaretten à 1 Fr. die Schachtel; Rauchtobak à Fr. 1. 50 das Paket. — Niederlage in der Apotheke Hausmann in St. Gallen Hauptniederlage: **Rapins Grosse Englische Apotheke** in Montreux. [332

Die meisten durch Erkältung entstehenden Erkantungen können leicht verhütet werden, wenn sofort ein geeignetes Hausmittel angewendet wird. Der **Unter-Pain-Expeller** hat sich in solchen Fällen als die **beste Einrichtung** erwiesen und vielfach bewährt. Er wird mit gleichem Erfolge bei **Rheumatismus, Gicht, Influenza, als auch bei Kopfschmerzen, Fieber, Schindeln, Gürtelwund** angewendet und ist deshalb in fast jedem Hause zu finden. Das Mittel ist zu 1 und 2 Frs. die Flasche in den meisten Apotheken zu haben. Da es minderwertige Nachahmungen giebt, so verlange man ausdrücklich **Wichtiges Unter-Pain-Expeller.** [346

Beliebig regulierbar.

Im 10011

Schweizer Sohlen.
 Unterzeichneter empfiehlt seine eigens zur (H 870 cZ)
Damenschusterei
 eingerichtete **Sohlenfabrikation** für alle Grössen, mit und ohne Absatz, auch sämtliche übrige Bedarfsartikel en gros et en détail. Preislisten gratis u. franko.
 Man lasse sich nicht durch scheinbar billigeres deutsches Fabrikat irre führen, sondern unterstütze die heimische Industrie.
F. Custer,
 Seefeldstrasse 149, Zürich. 351

**Die Annoncen-Expedition
 Haasenstein & Vogler**

1 Multergasse St. Gallen Multergasse 1
 sowie deren übrige
 Filialen und Agenturen
 besorgen
Inserate in alle Zeitungen
 des In- und Auslandes
 zu Originalpreisen. Bei grösseren Aufträgen höchster Rabatt. Kostenvoranschläge, Zeitungsverzeichnisse, sowie jede Anskunft über das Insertions- u. Reklamewesen stets zu Diensten. [144]



SUDATOCOFFEE
 Hunzikers
Kaffee-Surrogat.
 Schutz-Mark.
BESTER Gesundheits-Kaffee-Zusatz.

Für Familien!

Wer
 garantiert echte, reine Malaga-, Madeira- und sonstige Südweine billigst zu beziehen wünscht, verlange die Preisliste von **Carl Pfaltz, Basel,**
 Südwein-Import- und Versand-Geschäft.
 Sortierte Probekistchen von 3 ganzen Flaschen für Fr. 5.30 franko durch die ganze Schweiz. [9]



Keine Blutarmut mehr!

Natürlichstes, nachhaltig wirkendes, billigstes und für den Magen zuträglichstes Mittel gegen Blutarmut ist nach dem Urteil medizinischer Autoritäten **luftgetrocknetes Ochsenfleisch.**
 Stetsfort in vorzüglichster Qualität vorrätig bei
Th. Domenig, Chur. [15]

Für 6 Franken

versenden franko gegen Nachnahme
 bitto. 6 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen
 (ca. 60—70 leicht beschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [138]
Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.

Das Möbel- und Dekorations-Magazin

z. Steinbock — 33 Neugasse 33 — St. Gallen
 empfiehlt sich für Uebernahme
ganzer Einrichtungen, sowie einzelner Zimmer, Möbel und Dekorationen aller Art.
 Das Neuarrangieren **älterer Möbel und Décor**s wird geschmackvoll und billigst besorgt.
 Vorrätig sind stets: **Salons- Wohn-, Speise- und Schlafzimmer, sowie das Neueste in Dekorationen, Fantasiemöbeln, Spiegeln, Rouleaux, Vorhängen etc.**
 Zu gefl. Besichtigung ladet höflichst ein [355]
J. Wirth, Tapissier und Dekorateur.
 TELEPHON.

Durch alle Grosshandlungen zu beziehen

SURFIN-STÄRKE

Marke Fisch

Packungen in Kistchen von 25, 30, 50 & 60 Kgr. loose & in Packets ohne Taragewicht.

Packungen in Packets von 1/4, 1/2, 3/4, 2 & 5 Kgr. hübsche Packung.

ist die ausgiebigste, reinste und beste Amlung für Anwendung in gekochtem Zustande!
Schont die Wäsche & erhält sie neu!
 EINZIGE FABRIKANTEN: OSCAR NEHER & CO., MELS, SCHWEIZ.

Golliez' Blutreinigungsmittel

oder
 eisenhaltiger grüner Nusschalensirup
 bereitet von **Fried. Golliez**, Apotheker in Murten. Ein 20jähriger Erfolg und die glänzendsten Kuren berechtigen die Empfehlung dieses energischen Blutreinigungsmittels als vorteilhaften Ersatz für den Leberthran bei **Skröfeln, Rhachitis, Schwäche, unreinem Blut, Ekzemen, Flechten, Drüsen, Hautausschlag, rotem und aufgetriebenem Gesicht** etc. Golliez' Nusschalensirup wird von vielen Aerzten verschrieben und ist angenehm im Geschmack, leicht verdaulich und ohne Ekel oder Erbrechen zu erregen.
 Ausgezeichnetes Stärkungsmittel bei allen schwächlichen, hinfälligen, blutarmen, bleichsüchtigen, an **Skröfeln** oder **Rhachitis** leidenden Personen.
 Um Nachahmungen zu verhüten, verlange man ausdrücklich **Golliez' Nusschalensirup**, Marke der zwei Palmen. In Flaschen von Fr. 3. — und Fr. 5.50, letztere für die Kur eines Monats reichend.
 Depots in allen Apotheken und Droguerien. [29]

Grösstes Bettwarenlager der Schweiz

gegründet 1866 **J. F. Zwahlen, Thun.** gegründet 1866
 Versende franko durch die ganze Schweiz gegen Postnachnahme: [263]
 Zweischläf. Deckbetten, mit bester Fassung und 7 Pfund sehr feinem Halbflaum, staubfrei und gut gereinigt, beste Sorte, 180 cm lang, 150 cm breit, Fr. 22
 Zweischläf. Hauptkissen, 3 Pfd. Halbflaum, » » 120 » » 60 » » 8
 Zweischläf. Unterbetten, 6 » » » 190 » » 135 » » 19
 Einschl. Deckbetten, 6 » » » 180 » » 120 » » 18
 Einschl. Hauptkissen, 2 1/2 Pfd. » » » 100 » » 60 » » 7
 Ohrenkissen, 1 1/2 » » » 60 » » 60 » » 5
 Zweischl. Flaumdeckbetten, 5 Pfd. sehr feiner Flaum 180 » » 150 » » 31
 Einschl. Flaumdüvel, 3 » » » 152 » » 120 » » 22
 Kindsdeckbetli, 3 » Halbflaum 120 » » 100 » » 9
 Kindsdeckbetli, 2 » » » 90 » » 75 » » 6
 Sehr guter Halbflaum, pfundweise à Fr. 2.20, hochfeiner Flaum, pfundweise à 5 Fr.

Toilette-Geheimnis.

Das einzig reelle Schönheitsmittel, welches die Haut von **Sommersprossen, Leberflecken, Spröde und Rote** im Gesicht und an den Händen und **sonstigen Mängeln** befreit, ist: [130]



Bergmanns
Lilienmilch-Seife
 von **Bergmann & Co.,**
 Dresden und Zürich.

Man achte auf obige Firma und Schutzmarke: Zwei Bergmänner.
 Es existieren bereits wertlose Nachahmungen. Preis à St. 75 Cts.

Patentirte Schnellputtermaschine.
 Jede Familie ist im Stande in einigen Minuten Putz für den Haushalt herzustellen.
 (H 1034 M) 3/40
 Grosse Espansis. Preis Fr. 6.50.
 Alleiniger Vertreter für die Schweiz:
F. Jofers,
 Vernez-Montreux.

CEYLON TEA

Ceylon-Thee,
 sehr fein schmeckend, kräftig, ergiebig und haltbar.
 pr. engl. Pfd. Originalpackung: pr. 1/2 kg.
 Orange Pekoe . . . Fr. 5. —, Fr. 5.50,
 Broken Pekoe . . . » 4.25, » 4.50,
 Pekoe . . . » 3.75, » 4. —,
 Pekoe Souchong . . . » 3.75, » 3.75,
China-Thee,
 beste Qualität, Souchong Fr. 4. — pr. 1/2 kg.
 Kongou » 4. — » 1/2 »
Ceylon-Zimmt,
 echter, ganzer oder gemahlener, 50 gr. 50 Cts., 100 gr. 80 Cts., 1/2 kg. Fr. 3. —.
Vanille,
 erste Qualität, 17 cm. lang, 40 Cts. das Stück.
 Muster kostenfrei. Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer.
Carl Osswald,
 Winterthur. [6]

Uegen Husten und Heiserkeit
PÂTE PECTORALE
 fortifiante
 von **J. Klaus**
 in Locle
 Schweiz.
 In allen Apotheken zu haben.

Empfehlung.

Auf kommende Saison erlaube mir, mich den geehrten Damen in meinem Berufe bestens zu empfehlen mit der Versicherung, schöne Arbeit zu möglichst billigen Preisen zu liefern.
 Gütigem Zuspruch entgegengehend, zeichne hochachtend [304]
Frau Birkmair-Blätter, Damenschneiderin,
 Neugasse 51, St. Gallen.

Premiirt
 auf der Weltausstellung
 zu Paris 1889.
Silberne Medaille
 auf der französischen Ausstellung
 in London.
 Das von **Dr. Renaud, prakt. Arzt**
 erfundene u. hergestellte
RENAUDINE
 ist anerkannt das
 vorzüglichste antiseptische
Zahn- und Mundwasser,
 welches das Hohlwerden der Zähne verhindert und ihnen eine blendende Weisse verleiht. —
 Zum Preise von Frs. 2. — pr. Flacon vorrätig in allen Apotheken und Parfümeriegeschäften, sowie im **Dépôt de la Renaudine à Bienne.**
 Von ärztlichen Autoritäten empfohlen! →