Objekttyp:	Issue
Zeitschrift:	Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band (Jahr):	33 (1911)
Heft 32	
PDF erstellt a	am: <b>24.05.2024</b>

#### 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

33. Jahrgang.

Brasn für die Interessen der Krauemwelt. 0-

Abonnement.

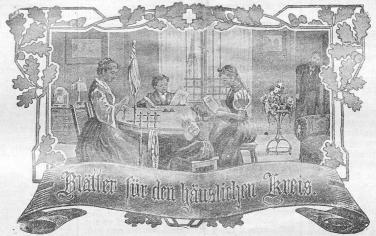
Bei Franto-Buftellung per Poft Halbjährlich . . . Fr. 8. Vierteljährlich . . . " 1. Ausland zuzüglich Porto.

Gratia:Reilagen :

"Roch= und Haushaltungsschule" (erscheint am 1. Sonntag jeden Monats). "Für die kleine Welt" (ericheint am 3. Sonntag jeben Monats).

Redaktion und Berlag: Frau Glife Sonegger. Wienerbergftraße 3. "Bergfried"

Yof Langgaß. Telephon 376.



Motto: Immer firebe gum Gangen, und fannst du felber tein Ganges Berben, als bienenbes Glieb foließ an ein Ganges bich an!

Infertionspreis:

Per einfache Petitzeile Für die Schweig: 25 Cts. das Ausland: 25 Pfg. Die Reklamezeile: 50 Cts.

Ausgabe:

Die "Schweizer Frauen = Zeitung" erscheint auf jeben Sonntag.

Annoncen-Regie :

Expedition

der "Schweizer Frauen = Zeitung". Auftrage vom Blat St. Gallen nimmt auch

die Buchdruckerei Merkur entgegen.

St. Gallen

Sonntag, 6. August.

Gedicht: Nachgefühl.

Sollen Nervoje ins Gebirge geben. Wie die Tuberkulose übertragen werden kann. Frauenstreben, Frauenrecht, Frauenerfolg. Sprechiaal.

Feuilleton: Das weiße Kleid. Feuilleton: Ein edles Frauenleben.

>>> Inbalt:

Beilage:

Bedicht : Salt ftill. Das Menu im Sommer. Die Chemie bes Schlafes. Gin zeitgemäßer Borichlag. Bundesfeier=Poftfarte.

Der Prozeß um die Schönheitsfünstlerin. Die Wiffenschaft von der Haarfarbe. Bogelleichen auf Damenhüten. Sonnenstich und hitichlag. Rrantes Blut.

Abgeriffene Gedanken.

Machgefühl.

Solang ein Mensch mit dir durchs Leben wandelt, It's als ein Selbstverständliches gegeben, Mis felbstverständlich wird es stets behandelt; Ber wird um also lang Gewohntes beben?

Doch eines Tages plöglich leer gemahre Den Platz, an dem er lange dir gestanden, Statt seiner irgendwo nun eine Bahre, Den schnell bereiten Trägern schon zu handen.

Du fühlft taum Schmerz, dich faßt ein dumpfes Staunen. Dann ift er fort, und bald haft du vergeffen Den Trauerpomp und fremder Stimmen Raunen. Es tam und ging der Tag wie fonft indeffen.

Da padt es bich, bu mochst ein Bort ihm fagen. Schon fpringst du auf, es sucht ihn all dein Sehnen Und nun erst weißt bu: er ist fortgetragen, Und nun erst weißt ou: et in jourgenagen, Und ohne Weinen stehst du ganz in Tränen. Otto hinnerk.

Wie auf nervoje Menichen besonders auf folche, die fich in ihrem Beruf übermäßig an= geftrengt haben und badurch abgemagert, unruhig und arbeitsunluftig geworden find — das Sohen- flima und fpeziell Bergtouren wirten, darüber hat der Zürcher Kliniker Gichhorst vor einiger Beit seine Erfahrungen bekannt gegeben, die jest in der Reisezeit besonders aktuell werden.

Danach haben Nervoje im Allgemeinen wider Erwarten unter fehr geringen Afflimationsbe- ichwerben zu leiben. Sie fühlen fich häufig von Unfang an außergewöhnlich wohl, und die Berguft bekommt ihnen vorzüglich. Immerhin sollte es aber als Negel gelten, sich vorher einige Zeit im Mittelgebirge, d. h. unter 1000 Meter, aufzuhalten. Das gilt in erster Linie für Nervöse, die an Schlassische leiden. Dann dürfen sich derretige Kraufe nicht verrößen. auch derartige Rrante nicht verführen laffen, jo= bald fie bie anregende Luft des Gebirges fpuren, gleich weite Spaziergange und Touren zu machen. Um größere Bergbesteigungen ausstühren zu kön-nen, dazu gehört eine spstematische Borbe-reitung. Zuerst soll sich der Kranke an längere Spaziergange ohne Steigungen gewöhnen. Salt er einen folden brei Stunden ohne zu ermüben und ohne weitere Beschwerben aus, bann fann er mit einer niedrigen, nicht anstrengenden Berg= tour beginnen. Rach jeder Tour foll er unter allen Umftanden eine zwei- bis breitägige Paufe machen; tut er das nicht, so darf er sich nicht wundern, wenn feine Schlaflofigfeit gunimmt, wenn er Bergklopfen und Beklemmungen bekommt. Dasselbe tritt ein, wenn der Nervose, wie es ja seiner Natur entspricht, auf den Touren ichnell und haftig geht.

Ronfequent langfam und gleichmäßig fteigen bas ift bas zweite wichtige Erfordernis.

Mun ift ein häufiges Symptom ber Nervosität Schwindelgefühl. Bei der Entstehung des Schwinbels spielen verschiedene Urfachen eine Rolle. ängstliche Vorstellungen, Schwäche des Willens und der geistigen Kraft. Viele Gesunde, die nicht ichwindelfrei find, verlieren mit ber Beit diefe Unwandlungen, wenn fie fich an die ungewohnten Entfernungen und Soben in den Bergen gewöhnt haben. Auch der Nervoje foll versuchen, ohne natürlich wagbalfig zu sein, sich allmählich von

bem Schwindelgefühl zu befreien; wenn er es fertig bringt, so wird badurch sein Vertrauen zu seiner Leistungsfähigkeit fraglos erhöht. Alles in allem werden der Aufenthalt und das Steigen in den Bergen -- mit ben genannten Ginschränfungen und mit der nötigen Borficht - für Rervose von großem Ruten sein. Willensfraft und Selbstvertrauen werden gestärft, Appetit und Stoffwechjel angeregt und der Schlaf wird ru-higer und erfrijchender. "Mit der Beendigung jeder Besteigung" sagt Cichhorst, "wird den Ner-vösen mehr und mehr die Empfindung übermannen, eine herrliche und gute Tat ausgeführt zu haben, Die den Rorper und Beift in weit hoherem Mage als jedes andere Beilmittel ftarft.

#### Sollen Hervöfe ins Gebirne gehen?

Der verftorbene Urgt und Lehrer Brofeffor Frangel pflegte die Randidaten im Gramen gu fragen: "Wie schicken Sie einen Kranken nach Davos?" Und die Antwort, die er haben wollte, war stets: "Mit Uebernachten in Basel, Land-quart und Klosters."

Er wollte damit ausgedrückt miffen, daß Rrante, benen bas höhenklima von Nuten sein sollte, erst nach und nach baran gewöhnt werden muffen. Diefer allmähliche Uebergang ift die Grundbebingung, wenn Nervoje ben richtigen Erfolg vom Aufenthalt im Hochgebirge haben follen. Auch ber Befunde, ber aus der Gbene kommt, hat in ben erften Tagen, sobald er ohne lebergang sich in Soben von 1000 Meter und mehr begibt, allerlei Beschwerden zu erdulden. Er muß sich an ben ganglich veränderten Luftdruck erft afflimatifteren, infolgedeffen schläft er zuerst schlecht, seine At= mung ift beschleunigt, er flagt über Bergflopfen. Im allgemeinen dauert es hochstens eine Woche, bis die Gewöhnung eingetreten ift, geschieht dies jedoch in dieser Zeit nicht — was manchmal vorfommt — so verträgt ber Betreffende das Soch= gebirgflima überhaupt nicht. Er wird bann am beften ichleunigst sein Ranzel schnüren und einen tiefer gelegenen Ort aufsuchen.

#### Wie die Tuberkulose übertragen werden kann.

Im Bericht über die Augenkranken-Abteilung im Bürgerspital in Solothurn hebt herr Dr. Gloor bie Heftigkeit tuberkulofer Augenleiden bei jungen fräftigen Leuten ab Berghofen hervor. Er führt bie auffallende Ericheinung barauf zurück, baß im Sommer Tubertulofe-Rrante auf hochgelegenen Bofen im Jura und in den Alpen um billiges Beld zur Rur weilen und nicht die geringften Borsichts- und Reinlichkeits-Magregeln treffen Die Rinder Diefer Bergfennen beziehen bann im Winter Die Schlafraume ber sommerlichen Gafte und holen auf diese Weise den Reim der Rrant= beit. Merzte und Behörden follten marnend biefem

Unfug und Schlendrian entgegentreten.
Das Ueberhandnehmen des Indieferiengehens und die große Ueberhandnahme der kleinen und großen Belegenheiten als Feriengaft Unterfommen zu finden, enthielte somit eine große, gesundheitliche Befährde, auf die in eindringlicher Beife Die Allgemeinheit aufmertsam gemacht werden mußte.

Jest mird nichts bergleichen getan.

Die Erholung suchenden Feriengäfte haben in den wenigsten Fällen nur eine Ahnung oder ein Wiffen von der besonderen Art ihrer Be= fundheitsftorung und die fleinen und großen Gr= holungshäufer, die um Zuspruch von Gaften fich bemühen, fonnen auch nicht den Gefundheitszustand ihrer Benfionare untersuchen laffen, ebe fie fich

zur Aufnahme berselben bereit erklären. Ueber Breis, Lage und Qualität des Zimmers, über die Mahlzeiten, den Service 2c. wird verhandelt. Weiter wird nichts erörtert; höchstens daß man in einem Prospett einmal ben Paffus antrifft: "Lungenkranke werben nicht aufgenommen."

Run find es aber bei weitem nicht immer bie Lungen, die tuberfulos erfrantt find, und welder Pensionsinhaber, welcher Alpwirt kann und will untersuchen, worauf die allgemeine Schwäche bes einzelnen Benfionars sich grundet, von welchem Uebel er genesen möchte in ber fraj-

tigenden Bergluft?

Die Leintücher werden von Fall zu Fall ge= wechselt und die Riffen frisch bezogen. Die Bollund Steppbeden aber bleiben ungereinigt, benn sofort nach dem Weggang des einen Gaftes muß bas Bett wieder von einem andern in Gebrauch gezogen werden. Bedient ja boch das feinste Sotel seine Gäste in gleicher Weise und niemand lehnt fich dagegen auf im vollen Bewußtsein, daß es eine erfolglose Mühe ware. Un gewissen Dr= eine erstigent Verleich dand ist es gesundheitsamtliche Borschrift, daß die Bolls oder Steppdecken mit einem waschbaren Ueberzug versehen sein müssen, und so wird der Einfacheit halber das Oberleintuch auf allen vier Seiten überschlagen, der Boll- oder Steppdecke aufgeknöpft. Auf Diese Beije find die Decken vor der diretten Berührung mit den Körpern der Schläfer geschütt. Solche Schubleintucher, die bei jedem Wechsel gewaschen und ausgekocht werben, follten fich überall finden und deren Gebrauch follte hygienische Borfdrift fein, wo Benfionare und Schlafgafte aufgenommen merben.

Im Kapitel der Gesundheitspflege werden überhaupt noch Dinge getan und nicht getan, worüber man sich wundern muß. Da werden teuchhustenkranke Kinder von ihrem behandelnden Urzt zu einer Luftveränderung geschickt. Die Rleinen fahren mit dem Tram und mit der Gisenbahn, sie lehnen die müden Röpfchen an die Polfter an, wo nachher andere Kinder sich auch wieder anlehnen und mit den Auswurftoffen in Be-rührung kommen. Gesunde Kinder sigen vielleicht auf der nächsten Bank, vielleicht direkt vis-à-vis, zum Unbehagen der Begleiter und der beobachtenden Mitreifenden. Um Beftimmungsort an= gelangt, bilden die feuchhuftenfranken Rinder, Die fast immer im Freien fein follen, nach bei ber Abreise erhaltenen ärztlichen Beisung, wieder eine Unstedungsgefahr für andere Rinder. Ift das wohlgetan? Doch faum.

Doer: was tut die öffentliche Befundheitspflege in den genannten zwei Fällen zum Schut ber Befunden, zur Berhütung der Unftedung?

Frauenstreben, Frauenrecht, Frauenerfolg.

Frauentreben, Frauenrecht, Frauenersolg.

Sine Frauen doch ich ale. Sine Hochschule für Frauen wird im Ottober dieses Jahres der Verein für Frauen wird im Ottober dieses Jahres der Verein für Frauen mid Vollserziehung in Vetrzig in Seben rusen. Diese Hochschule soll der Frau sin die Unsählung des mitterlichen Erziehungsberufes eine auf gründlicher Sinscht beruhende Vorbereitung geben und sie befähigen, sich den mannigfaltigen gemeinnüßigen Unfgaben, die ihr innerhalb der Gemeinde, des Staates und der Gesellschaft erwachsen, mit weitem Blick und mit vollem Verhändnis sür die Bedürsnisse der Gegenwart zu widmen. Außerdem sind noch Studienturse mit besonderen Ungaben geplant (Uebernahme von Stellungen an Bohlfahrtseinrichtungen in Staat und Gemeinde, Lehrätätigkeit an Kindergarten, Seminarien, Frauenschulen und anderen Lehranfalten). Jum Besuche der freien Vorlesungen und zur Benuzung der wissenschafte lichen und pratischen Uebungskätten der neuen Hochschule ist sebe gebieder Frau berechtigt, die das 18. Lebensjahr erreicht hat. Zu den Studiensursen und den damt verbundenen Prissungen werden nur diesenigen von Keisezugnis oder das Reisezugnis eines Lehrennenseninars bestigen der von Keisenschus der Keisenstische Strauenstimmenseninars bestigen

Kirchliches Frauen ft im mrecht. Bekanntlich hat die bernische Kirchenspnode in ihrer Sigung vom 10. November 1908 mit 81 gegen 16 Stimmen den Antrag des verstorbenen Pfarrers Weschacher angenommen, der dahin ging, der Synodalrat möge beauftragt werden, bei einer fünstigen Revision des Kirchenseleitekes das Frauenklimmerekt somie fürsekant die

auftragt werden, bei einer künftigen Revision des Kirchensgefetzes das Frauenitimmrecht, sowie überhaupt die Mitwirtung der Frau in kirchlichen Angelegenheiten in bestürwortendem Sinne zur Sprache zu bringen. Der Spundalrat ließ sich daraushin von Prof. Dr. jur. Sieber ein Gutachten abgeben über die Frage, ob die Ginführung des Frauenstümmrechts nur eine Revision des Kirchengesehes oder auch eine Revision der Staatsverfasjung notwendig mache. Das Gutachten lautete dahin, daß zwar weder die bernische Staats-

verfassung, noch die Bundesversassung das Frauenstimmerecht ausdrücklich ausschließen, aber überall doch nur das Stimmrecht der Männer zur Boraussetzung haben, so die Alio die Frauen in positischen Angelegenheiten eine alse Bürger des Kantons berüfren, nicht ohne Nenderung der Staatsversassung der Stimmrecht zur gelassen werden könnten. Für die der anerkannten Andeskirchen dagegen, die nicht alse Bürger des Kantons umfassen, sehe die Staatsversassung des einen kantons umfassen, sehe die Staatsversassung des innehmenserstrichen dagegen, die nicht alse Bürger des Kantons umfassen, sehe die Staatsversassung des die genüber des unterstands und einen kerchtigung vor. Das Gutachten kam somit zum Schluß, daß sir die Einstüßtung des kirchsichen Frauenstimmerchts die Kreisson des Kirchengesesse genüge, womit dies Keiligung der Kreissen der des kentischen keines kauften geben, das mit den erken inhaltlich sereinstandt. Die "Kommission zur Einstütung des kirchsichen Frauenstimmrechts", die aus einem Kuristen, zwei krauenstimmrechts", die aus einem Kuristen, zwei krauenstimmrechts", die aus einem Kuristen, zweisen den ben krauen verschiebener Richtung und sieben Frauen besteht, empfahl nun den Kirchgemeinberäten, die Frage an den kirchlichen Bezirtssesten kristlichen Frauen besteht, empfahl nun den Kirchgemeinberäten, die Frage un den kirchlichen Bezirtssessen wirden wir den Unit Ausbergentsprochen, indem das kirchliche Frauenstimmrecht Sonntag den 2r. August der in Lyß statispieren Bezirfssynde an Stelle eines Bezirfsses vorgelegt werden soll Als Referent ist gewonnen Gerichtspräsent Väsicht in Bern, als Korreferent Pfarrer E. Marti in Großassolieren, die Kreissen und der Vier Kreissen der Vier und der Vier Kreisspräsen den Vier Kreisspräser in des Kreisspräsers vorgelegt werden soll Als Referent ist gewonnen Gerichtspräsent Väsichen den Vier Kreisspräsen den Vier Kreisspräser vor den Vier kreisspräser vor des Kreisspräsers vorgelegt werden soll Als Referent ist gewonnen Gerichtspräser E. Marti in Großassolieren. verfaffung, noch die Bundesverfaffung das Frauenftimm=

Die Trägerin bes Nompreises. Aus Baris wird geschrieben: "Zum erstenmal wird eine Frau als Empfängerin eines ersten Rompreises vier Fahre als Staatspenstonärin in die Villa Medici einziehen. Man sprach frühre oft von Walerinnen und Tonseherinnen, die große Aussichten hatten, diesen Sied bes Feminismus davonzutragen, aber num ist es eine Vildhauerin Auseinne Heuvelmans, von der man nicht viel gesprochen hatte, die den ersten weiblichen Rompreis davonträgt. Sie verdankt ihn nicht nur ihrem Talent, fondern auch ihrer Veharrlicheit, dem sichon zum sechsten Wale bestand sie der Villagen und ist darüber beinahe dreißig Jahre alt geworden. Die gestellte Aufgabe war ein Hochrelief, worin Elestra den schlesse hemacht. Fräusein Heuvelmans ist die Tochter eines gewöhnlichen Parifer Tischers."

Frl. Dr. Woter nach Leipzig berufen. "Frl. Dr. Woter in Bern ist die erste Frau, der man in Deutschland eine außerordentliche Professur und nicht nur als Privotdozentin den Titel Professor angedoten hat," schreibt die "Frankf. Fig." Sie entstammt einer alten Geschreinfamiste. Ihr Vater ist der Historister der Berner Universität, Professor Philips Woter, ihre Multer eine Tochter des Theologie Professor Sduard Müller. Gertrud Boter hat die Schulen ihrer Baterstadt Bern bestückt, bestand mit 20 Jahren 1898 dort die Maturitätsprüfung und machte dann die beiden Baterstadt Bern bestücht, bestand mit 20 Jahren 1898 dort die Maturitätsprisjung und machte dann die beiden Eehrerezamen six Watthematis und Raturmissenschaften. Sin Semester kudierte sie an der Berliner Universität Shemie, im übrigen an der Hochschaften Sier Sasternadt. Hrendelbeit werden der Berliner Universität Shemie, im übrigen an der Hochschaften des 3,4 Diorystavons ist in den Berichten der Deutschen Shemischen Sessischen Universitäte und die Ehrmisterin über Probleme der tatalytischen Horschaft, ung, über die Theorie der Fluoreszenz in dem senglischen "Journal sier die Iheorie der Fluoreszenz in dem senglischen "Journal sier die Iheorie der Fluoreszenz in dem senglischen "Journal sier die Iheorie der Fluoreszenz in dem senglischen "Journal sier die Jehreite der Fluoreszenz in dem senglischen Leitung der Verleiten veröffentlichte, wie auch in den Berichten der Deutschen Chemischen Gesellschaft.

#### Sprechlaal.

#### Fragen.

In diefer Rubrik konnen nur Fragen von allgemeinem Intereffe aufgenommen werden. Stellen-gefuche oder Stellenofferten find ausgeschlosen.

gemeinem Interesse ausgenommen werden. Stellengeluse oder Sellenosserten find ausgeschlossen.
Frage 11 335: Eine Leserin möchte gerne im geschten Leseriteil Umfrage halten und sich Meinungsäüßerungen erbitten über nachstehende Frage: Solf man es ernst nehmen mit Aufgaben, wie als Ausgund Shezeungen undehmen mit Aufgaben, wie als Ausgund Shezeungen nur als Formsache zu betrachten? Ich die Verrauungen nur als Formsache zu betrachten? Ich die Verrauungen nur als Formsache zu betrachten? Ich die veransagte Naturen auch leicht hinwegschreiten. Obischon ich mir als Laufpatin bereits hätte eine Lehre ziehen können über die Leichtlebigfeit vieler Lente, so siehen die Verlanden nich weit der Verlanden nach meiner Ueberzeundin will mir die Chre erweisen, bei ihrem Chefrontratte Zeugin zu sein. Ich kann aber nicht glauben, daß diese Verdindung zu seine Ich kinnen Glücke sühren werde und num will es mir widerlieben, ohne innere Freude and diese Verdindung zu seinen Denken zu äußern sehrt mir die Gewißheit, daß ich in vorurteilsvoller und siehen werden nicht verstanden würde, ja, mir gewiß jogar salische Deutungen zuziehen würde, da unsere Familie zu dem betressenden herriben herrn in freundschaftlicher Beziehung sieht und ich zusgen Damen zähle. If es zuwiel der ernsten Aufgassung, wenn ich in einer solchen Zeugenunterschrift ein freudiges, aufrichtiges Mitempssine des gemeinschaftlichen Lebens sehe, und mich eine andere, oberslächliche Betrachtung abslößt, wie auch die Erserslächliche Lebens sehe und mich ei

fahrung, daß eine Patin nur gut ist, wenn sie immer mit klingender Münze aufrückt und sich als unerschöpf-liche Gelchenksgaelle erweist? Raten mir Graprene unter der werten Leserschaft ab oder zu, der Freundin den Grund meiner Zurückfalkung frei zu bekennen, bevor sie den wichtigen Schritt für's Leben getan? Es bevor sie den wichtigen Schritt sur Beeorn genabankt für freundliche Beachtung meiner Frage Leferin M. ta 3

Frage 11 336: Man hat mir tägliche furze Körperwaschungen mit Frottieren, abwechselnd mit Luftbad, angeraten; nun zeigt sich nach dem Waschen der Körper mit einzeln stehen, kleinen, roben Pleecken bebeckt. Es ift kein Friesel, keine Haufcheung, die Haut ift ganz glatt und rein. Der Ausschlag vergehb bald wieder tritt aber nach jedem Wasschung wergehb bald wieder. Tritt aber nach jedem Wasschung wieder zu Ge-sicht. Ift Anlaß zur Besorgnis? Leferin in 23.

gang glatt und rein. Ver Ausgrag vergege vale wieber eit'tt aber nach jedem Waschen wieder zu Gesicht. Ift Anlaß zur Besorgniß?

Arage 11 337: Liegt wirklich so viel in der Handschrift und im Sit, daß man den Menschen mit Sicherheit daraus erkennen kann? Meine Freundin, die ich in turzer Zeit als ein ganz gediegenes Mödden kennen mid sieden gekenth abe, schreite eine bedenkliche Handschrift und einen so unkultivierten, ungelenken Stil, daß man sich sür sie geniert vor andern und alle Liede aussieheten muß, um doch an ihre höhere Dualität glauben zu siehen. Ich mich von den schreiten der Andersungen de Liedenspielen mig, um doch an ihre höhere Dualität glauben zu siehen. Ich mich von den schriftlichen Aleuberungen des jungen Möddens so peinlich berührt sühle. Num gibt mir aber ein bedauerliches Vorsommnis viel zu denken. Ich die Neuerliches Vorsommnis viel zu denken. Ich die Araut und durch meinen Verlobten hat einer seiner Freunde meine Freund nich läßt in ihrer Unterhaltung auf eine tief angelegte Frauennatur schließen. Der Freund drängte berauft nich läßt in ihrer Unterhaltung auf eine tie dangelegte Frauennatur schließen. Der Freund drängte der Ausgebeteten ein graphologisches Urteil über die Schrift der Ungebeteten ein graphologisches Urteil über die Schrift der Mngebeteten eingundelen. Ich hösste das Urteil eines tüchtigen Fachfundigen den obersächlichen Gindruch der Schrift unwandeln werde. Und zu diesen zuch der Geschicht ein Worschlichen Eindruch der ganz übereinstimmend schlimmer, sodaß der so maßlos Verliebten und der Verlächtigen Gindruch der Schrift unwandeln werde. Und zu diesen zureilung ausgleichzeitig an zwei verschiedene Autreitäten. Leiber war der Besund ein ganz übereinstimmend schlimmer, sodaß der so maßlichen Verliehund zur erschen der maßlichen Verliehund zur erschen der ganz übereinstimmend schlimmer, sodaß der so maßlichen Verliehund zur erschen der der werdelichen Verliehund und in der wissenschaften und einer möglichen Verungen ihre der verschen sind. Mir erscheint diese Aleinlichen Kr

Frage 11 338: Ift ein Sohn, ben die verwitwete Mutter und die Schwester aus dem Erträgnis ihrer unermiblichen Arbeit, ihrer Sparfamkeit und Bedürfunermidlichen Arbeit, ihrer Sparfamteit und Bedürf-nislossgette eine Reise von Jahren haben sudieren lassen, nicht moralisch verpsichtet, die Mutter und Schwester im Alters- und Krantseitssall auch zu unter-füßen? Wenn alles Erworbene trüstragend angelegt worden wäre im Lauf der Jahre, so wäre ja auch ein schwester Notpsennig da. Ist es wirklich am Platz, daß dieser Sohn und Bruder sich der Noiatik widmen will, wo er Leib und Leben jede Stunde arfs Spiel setz! Man sollte doch denken, daß schon das Nechtlichteits-gesitht allein dem Sohn seine Pssicht zeigen müßte. Sollten nicht die Mutter und Schwester sich durch ihre Deserwilligkeit doch auch etwelchen Dank erworden haben? Wie um der Wutter willen entläusselter Gine um ber Mutter willen enttäuschte Tochter

gaven? Gine um der Mutter willen enttäuschte Tochter Frage 11339: Ich schwieße schon seit längerer Zeit sch heftig am Kopf, daß die Haare ganz durchnäßt sind. Ich mus das Kopstissen Worgen trocknen und frisch beziehen. Ich bin ängstlich, durch leichte Ertättung mir eine Kopstrantheit zuziehen zu können und in kurzer Zeit das jetz noch volle Haar zu verlieren. Kann mir Iemand aus Erfahrung ein gutes Mittel gegen diesen Kopsschweiß angeben? Zum Vorans danst bestens

Brage 11340: Ich bekomme immer schwers Uebelbesinden mährend und nach dem Glätten, so daß ich
völlige Furcht habe vor dieser Arbeit. Meinen Kurs
im Glätten habe ich an einem Drt absolviert, wo
zum Glätten das Gasseuer benutzt wurde. Ich not
zum Glätten das ga seiven, aber nur beim Glätten
ber Stärfewäsche. Wir haben kein Gas und noch keine
elettrische Kraft. Wie richten sich andere Haufen
elettrische Kraft. Wie richten sich andere Haufen
un solchem Fall ein? Läßt sich etwas tun gegen das
Uebelsein Fall 21341: Ist der Hausseigentümer wirklich

Nebelsein?

Prage 11341: It ber Hauseigentümer wirklich berechtigt, vermittelst eines Haupfischlissels in die Wohrnungen der abwelenden Mieter einzudringen? Das Jinsverhältnis läufi in Ordnung und uns ift bei der Abreise eine Mitteitung von einer vorzunehmenden Meparatur gemacht worden. Wäre der Mieter ein Wann, so würde der Hauseisselse ein kann, so würde der Hauseisselse ein kann, so würde der Hauseisselse ein kann, so wärde der Hauseisselse und der mas macht allenstehenden Frauen macht man aber was man will.

Der ist man eigentlich verpflichtet, dem Hauseister seine Abresse anzuenhen, wenn man verreiß? So wäre uns sehr angenehm zu vernehmen, wie andere über die Sache denten. Zum Boraus danken

Frage 11342: Gibt es in der Schweiz irgendwo

Frage 11342: Bibt es in ber Schweiz irgendmo Frage 11342: Gibt es in der Schweiz irgenowo Gelegenheit für Krankenpflegerinnen, die schon mehrere Jahre im Beruf tätig sind, ihre kurze Spitalanssbildung der Neuzeit entsprechend zu vervollkommen und sich auf ein Examen vorzubereiten, um dem schweiz. Krankenpflegeverdand als stimmberechtigtes Mitglied beizutreten? Für gütige Auskunft im Vorans besten Dank. Gin Befer.

#### Antworten:

Auf Frage 11323: Ehe ich der Fragestellerin einige Winke mitteile, möchte ich einiges als nicht überall autressend bezeichnen, was in einem Urtikel "Beussieber" in der gleichen Rummer des Blattes behauptet wirdes ist vor allen Dingen nicht richtig, daß das Herrikete unter der Landbevölkerung unbekannt fei. Gerade das herrikte som Erkelten un wird des un werigten sieber unter der Landbevölkerung unbekannt sei. Gerade der herricht es am särkstein, nur wird es am wenigkten beachtet; es wird nichts besonderes dadei gesunden, sondern es wird als etwas gewöhnliches aufgefaßt. Der Rat, dem Heufieber durch einen Aufenthalt im Gebirge zu entslieben, mag ja an sich ganz zutreffend sein, nur läßt er sich kaum aussühren unter normalen Berhältnissen. Ganz adgefehen davon, daß man nicht so ohne weiteres vom Geschäfte, seinem Beruse weglaufen kann, um sich Mitte Wai auf den Wont Blanc auf sein und das wurden, die das Krisch gemacht, ausnahmsweise früh Urlaub zu nehmen, am 1. Funi, dem Tag, an dem seit vier Fahren regele such gemacht, ausnahmsweise früß Urlaub zu nehmen, am 1. Juni, dem Tag, an dem feit vier Jahren regelemäßig das Heufer sich bei mir einstellt und immer vier Wochen anhält. Der Erfolg war gleich Rull. Ja, sogar die Gluthise brachte mich fast zur Berzweislung mit den Augen. Se dietbi jeht noch der Versuch mit der Nordse. Bequem ist es freilich für die Mediziner, alle möglichen Krantheiten, die erfolglos behandelt wurden, der Nervosität aufzuhalsen. Alls Erleichterungsmittel — denn Nadikalmittel zur Heilung gibt es nicht — empfehle ich aus meiner eigenen Erlevosszeit: Das haus fo wenig als möglich verlössen, also immer im Küblen so wenig als möglich verlassen, also immer im Küslen bleiben. Gar keine Spaziergänge machen. Die Augen sind nicht krankaft empsindlich gegen Licht, sondern ind nicht frantsaft empfindlich gegen Licht, sondern nur gegen die Bärme; diese fteigert das Leiden zur Unerträglichteit. Um an seine Arbeilssselle zu gelangen, vermeide man es, siber Wiesen oder an Gärten vorbei zu geben und wähle gepflasterte Wege. Man wasche die Augen täglich dreimal mit eisfalten Wasser. Alle andern Mittel nüsen nichts und die Tropfen von einem Arzt ruinieren die Augen. Auf diese einsache Weise verliert dieses Leiden bei mir von Jahr zu Jahr an Sestigssell. Den Körper wird dat die verlieten den Septigssellenden Schnupfens. Der Körper wird durch das Heussellen der Schnupfens. Der Körper wird durch das Heussellen wird. Den kiese Liecht die Beute anderer Krantseiten wird. Sine scheiden leichte Erkältung drachte mir dieses Jahr eine schwere Lungenentzündung, an deren Folgen ich drei Wochen vom Geschäft wegdselben muß. Sossen, das Ihnen die Angade meiner selbs erprobten Mittel Linderung bringe, zeichnet R. E. in Augsburg.

Mittel Linderung bringe, zeichnet M. G. in Augsburg.

Auf Frage 11323: Beim Hufleber ist die erste
Bedingung die Regelung des Blutumlaufes und die Einhaltung einer reizlosen Diät. Man darf das Leusieder nicht erst völlig ausdrechen lassen, sondern muß sofort ein ableitendes Versahren anwenden. Fleißige Bechselssübäder; nasse, in Essig und Salzwasser ge-tauchte Socken des Nachts, abwechzelnd mit solchen Badden, Schenkel und Aumpfwickeln, erweisen sich als wirtungsvoll. Diese Anwendungen verhäten auch die sich in den Augen sessen, so schwerzvolle und auf-regende Entzündung und Blutüberfüllung. Wenn man diese Vehandlung mit einer Veränderung in der Höhen lage und etwelchem Ausspannen von der übermäßigen Berufäarbeit verbinden kann, so ist viel gewonnen. Berufsarbeit verbinden kann, so ist viel gewonnen. Durch rechtzeitige Luftveränderung, reizlose Diät, Wasseranwendungen und Ausschluß vom Rauchen und vom Alfoholgenuß habe ich mein Heusieber zum Weichen bringen tonnen. Ich will natürlich nicht sagen, daß dies nun Universalmittel seien, aber bewährt haben fie sich bei mir und vielen andern. Es muß in erster Linie ein jeder seine Konstitution berückfichtigen, was natürlich durch den Gausarzt am besten geschehen kann 28. 3. in ?

Auf Frage 11327: Es ift eine briefliche Antwort für die verehrl. Fragestellerin eingegangen. Bitte um genaue Angabe der Adresse zur Uebersendung.

Auf Frage 11 328: Gewiß können Sie Ihre mit-genommenen Effetten für den Aufenthalt in der Sommer-frische versichern. Wenden Sie sich mit Ihrem An-liegen an die Gesellschaft, bei welcher Sie Ihre Effetten überhaupt versichert haben.

Auf Frage 11329: In einer größern Schuls ober Industriestadt, wo eine große Jahl von unverheirateten Angestiellten darauf angewiesen sind, sich in Bension zu geben und die Instandhaltung ihrer Wäsisch andern ibertragen zu missen. Sie brauchen Ihr Unliegen nur in einem Tagesblatt in geeigneter Weise tundzutun, um Anfragen zu erhalten. Der gute Fortgang liegt dann lediglich bei Ihrer klugen Umsicht und Tätigkeit. Alles von Ihrer klugen Umsicht und Tätigkeit. Die sinder nicht abnehmen läßt, die alles daran seht, ihre Pslicht als Mutter zu erfüllen, so wie der verstorbene Gatte es gut gebeispen haben würde. Wenn legt, inre Psitcht als Mutter zu erzullen, so wie der verstordene Gatte es gut geheisen haben würde. Wenn die Mutter Jhres verstordenen Gatten schließlich eingesehn hat, was von ihr verfäumt worden ist, so inweise sie hundert Gelegenheiten, diese Sinsicht zu betätigen, ohne daß die Mutter ihrer Ensel sich von ihren Kindern trennen und in ein Dienstbarkeitsverhältnis treten muß. Ihr Stolz ist gesunder Aut; lassen sie sieh denselben nicht abkaufen, so lange Sie selber leistungsfähig sind.

Auf Frage 11330: 10 Liter gebrannter Ralt werden in einem geeigneten Gefäß mit so viel heißem Wasser gelöscht, daß das Wasser ungefähr 10 cm hoch über dem Kalk steht. Die hierdurch erhaltene Kalkmilch wird nun entsprechend verdünnt, welcher dann ½ kg fchwefel-laures Zinkoryd und nachher ½ kg Salz zugesetzt werden. Letzteres bewirkt, daß die Tünche sehr hart wird und keine Riffe bekommt. Für Hühnerställe gibt man gern etwas Schwefel bei. A. M.

wird und keine Riffe bekommt. Für Hühnerställe gibt man gern etwas Schwefel bei.

Auf Frage 11331: Die Tochter hat alle Ursache, der Mutter von ganzem Herzen dankbar zu sein, daß sie die Unersahrene vor einem Mißgriff bewahrte, der ihr Lebensschicksal in verhängnisvolle Bahnen gelenkt haben wirde. Wie manche Braut, die ihren Berlobten erst während der Brautzeit richtig kennen lernte und zur Ueberzeugung kam, daß sie nie und ninmer zusammenpassen, hat die Verdindung doch zustande kommen lassen, hat die Verdindung doch zustande kommen lassen, weit sie sich nicht zu helfen wolkte, weil sie nicht Unstoß erregen, nicht als entlobte Braut dassehen wolkte unter dem Publikum. Zweisach glüdlich die Tochten, die in jedem Fall einen seiten Dalt sinden kam im Elternhaus, an der Seite der Mutter, wenn die Einsicht oder die Verhältnisse serfordern, einen geschehenen Irrtum zu wenden, ihn zu berichtigen, um ihr eigenes und das Zeben eines andern nicht zu verpfuschen. Wirdhon die Verlobung als etwas Unausstäners betrachtet aus Rücksichten auf das abfällige Urteil der lieben Nächten, so sollte der Verlobung, die so tief einschneiden wirft, eine Zeit des sich Nächstennenkernens vorangehen, die weder Nechte noch Philospen weit in sich zu entschehen wirth, eine Zeit des sich Nächstennenkernens vorangehen, die weder Nechte noch Philospen Leil in sich sehn mänlichen noch sir den weiblichen Teil in sich sehn mänlichen noch sir den meiblichen Teil in sich sehn der Sall. Denn da sommen die Jüngstinge in eine Haussten der Familie oft Jahre lang zum Kendlis. Die Mädehen lernen die ungen Lente ben Ungen der Familie oft Jahre lang zum Kendlis. Die Mädehen lernen der ihnen nach jeder Antennen, sie haben Gelegenheit, zu beobachten und zu verzleichen, und schleiellich sich sie richen geschehen der Schern werden, der haben der Schern wieden der Verläumt, dieses Stadium der Kruftung sich seine zurückselben ernen den kendlichen der Verläumt, dieses Stadium der Kruftung zu berichtigen, verhäumter des Ereinhung nich noch durch die Trauum zu berich

Auf Stage 11331: Die Zeit heilt alle Wunden. Sie leiden jest unter dem Bruch und später danten Sie Gott und der einsichtigen Mutter dafür. D. S.

Auf Frage 11 332: Setzen Sie fich mit bem Waifenamt Ihres Ortes ober mit bem Oberwaisenamt in Berbindung; Sie werden von dort die nötigen Ansleitungen erhalten.
D. H.

Auf Frage 11333 : Das Beauffichtigen von Rindern Auf Frage 11 333: Das Beaufsichtigen von Kindern in der Sommerfrische gehört nicht ohne weiteres zu den angenehmen Geschäften. Nicht gut erzogene, verwöhnte und auf Angestellte herabsehende Kinder können der Aufsichtsperson das Leben zur Hölle machen. Von gelundheitlicher Förderung kann eventuell gar keine Rede sein. Die Pflicht, beim Geschirtunsspacken am Mittag zu belsen, ist auch ein Kritisches Häcken. Das Pensionsgeld für die Aussichtsperson muß dadurch verringert werden. – Von der großen Verantwortung ganz zu schweigen. Es ist za leicht möglich, daß das Mädchen sich ihre Ferien weit angenehmer einzurichten wüßte.

Auf Frage 11334: Es ist ein schönes Ding um die Geistesgegenwart bei unerwarteten Begebenheiten. Jum Teil ist der Mangel an Geistesgegenwart angeboren. Er fann durch eine sielbewußte Erziehung errheblich vermindert werden. In der Umgebung von lauter Andersgearteten, an denen er in jedem vorsommenden Fall ein Beispiel von großer Ruhe und zwecknäßigster Anordnung in gefährlichen Augenblicken dat und wenn er dann iber das Auslose und Verhängnisvolle seines eigenen kopflosen Tuns freundlich belehrt wird, kann es im Berlauf der Zeit bei dem im Augenblick der Gesahr völlig konfus Werednden zu einer spürdaren Aenderung kommen. Es braucht aber viel Zeit, Geduld und einsichtsvolle Konsequenz. D. d. Auf Frage 11 334: Es ift ein fchones Ding un

viel Zeit, Geduld und einschtsvolle Konsequenz. D. S.

Auf Frage 11334: Es berrscht die Meinung, daß nervöse Menschen in Augenblicken der Gesahr topsos werden, dodaß sie die unsinnigsten Dinge tun. Das ist aber nur teilweise richtig, denn ich tenne Versonen mit außerordentlich reizbarem Aervenspitem, die aber in Augenblicken der Gesahr von größter Geistesgegenwart erfüllt, sich durch besonders scharfes und schnelles Denken auszeichnen. Solche sind dann nachber, wenn wei Gesahr glüstlich vorbei ober beseitigt ist, wenn man ihrer Fürsorge und Hise nicht mehr bedarf, ganz angegriffen und ichwach, sodaß sie eines Stärfungsmittels bedürfen. Interessonalt ist es auch, zu beobachten, wie etwa ein Berauschter beim Anblick einer Gesahr einen Justand plösslich von sich adzuschützteln vermag und größte Schärse des Denkens und trastvolle Sicherheit des Handelman nich ganz besonders davor hüten müsse, das man sich ganz besonders davor hüten müsse, das man sich ganz besonders davor hüten müsse, siehen den Personen zu sieberlassen. Dieser Einfluß ist unberechendar.

#### Feuilleton.

#### Das weiße Kleid.

Die Nähe der jungen Frau tat ihm so wohl; uns bewußt suchte er sie häusiger auf, als es unbedingt notwendig gewesen wäre. Aleine Wünsche, die Ein-richtung seines Zimmers betressend, ein Buch, eine Beitung, die er ihr lieh, gaben die Berührungspunkte. Auch Frau Lotte empfand, daß etwas neues, anregendes in ihr Leben getreten sei, und dieses Bewußtsein machte sie liebenswürdiger und hübscher. Sie verwendete ershöhte Sorgfalt auf ihre Kleidung, ihre Frisur; es verslohnte mit einem Wal wieder, jung und annutig zu sein. Ihr Abraham hatte absür so wenig Sinn. Die einigen Beachtung, die er ihr schonkte, sussent sie. einzige Beachtung, die er ihr schenkte, äußerte sich vielleicht in Bemerkungen wie: "Charlotte, dein Kragen sist wieder schieß;" "Sharlotte, die Lihe beines Kleides fängt an, durchzustoßen, du mußt das ausbeffern, ich werde dir eine neue Sorte von Ginfaßlige durch die Redaktionsvermittlung besorgen laffen." Meift aber hatte er auch hiefur keine Zeit. Wenn er mube und abgearbeitet aus bem Gefchäfte kam, mar bas erfte, daß er feinen Rock mit einem alteren vertauschte, die Manchetten abstreifte, das haar bürstete und die Sande so peinlich abseifte, als hatte er Erdarbeiten gemacht. Dann fette man fich zu Tifch, wobei herr Wegner, ebe er zu effen begann, unwillfürlich ben Teller mit ber Serviette abwischte und Meffer und Gabel gerade rückte. Bahrend des Speifens ergahlte er feiner Frau, mas es in der Expedition neues gegeben, viel Arbeit, allerlei Aerger, Neuerungen, die fich schwer bewältigen ließen. Kaum war das Abendbrot abgetragen, so hieß es: "Erna, zeige mir deine Schularbeiten." Zaghaft brachte das Kind die blaulinierten Hefte mit den ersten unbe-holfenen Schreibübungen; der Bater überzeugte sich von der ordnungsmäßigen Bersassiung von Löschblättern und Buchumschlägen, mäkelte an Grund- und Haarftrichen der Buchftaben und ließ das Rind ein Grempel immer wieder rechnen, bis die Löfung endlich ftimmte. War man fertig, fo wurde ber Lehrer jum Schuler. herr Begner fernte auf eigene hand Inglisch, benn in der Expedition hieß es sich zusammennehmen, um nachgerabe boch etwas zu fteigen. Bis gegen elf Uhr fah man feinen schmalen, schöngescheitelten schwarzen Kopf über die Bücher gebückt; dann sprach er mit einer Stimme, gegen die kein Widerspruch aufkommen fonnte: "So, nun wollen wir schlafen geben."

So verlief ein Tag wie der andere. Dienstags ing Herr Wegner jum Kegeln, von wo er gegen Mitternacht zurückfam. Am Sonntag Nachmittag fpa-zierte man in Familie nach ben Zelten, nahm Kaffee und Kuchen ein und war auf jeben Fall pünktlich zum Abendessen wieder baheim. Jeden Freitag brachte der Buchhalter feiner Frau die soeben ausgegebene Nummer bes "Chie" mit. Die Stunden, die Lotte deffen Lektüre wibmete, waren die genußreichsten der ganzen Woche. Sie vertiefte sich in den Anblick der prachtvollen Tois letten, der Figuren, die alle fo schlant und fein, mit einer fo überlegenen, weltdamenhaften Grazie baftanben. Sie ftudierte die Berichte, in benen es von Samt und Seibe rauschte, von Spigen wogte, von Blumen und ebeln Steinen leuchtete. Die Gestalten der Mobeabbildungen gewannen für fie Leben. Sie brachte fie in Familienbeziehungen zu einander, fie dichtete ihnen eine Geschichte an. Wie glücklich sie sein mußten in dieser Atmosphäre von Pracht und Weltlust, gekleidet in diefe reizvollen Märchengewänder! Da gab es nichts häßliches, nichts alltägliches, alles war mit einem poetischen und prachtvollen Reiz verklärt. Wie herrlich mar g. B. das, mas die Parifer Korrespondentin be-

"Gang Paris fleidet fich jett in die Farbe der Unschuld. Wandert man über die großen Rasenplätze inmitten der Stadt, durch das frischgrünende Bois de Boulogne, fo scheint die gange Szenerie nur eine einzige, mit unzähligen weißen Blumen gefprentelte Biefe gu fein. Unmutige Frauen- und Madchengestalten in weißen, faltigen Gemandern beleben die Bege. Die gediegenften wie die duftigften Gemebe find vertreten, und es bedarf schon eines eingehenden Studiums, um für jede Stunde des Tages, jede Gelegenheit und Witterung das Paffende herauszufinden. So darf es denn einem auch nicht weiter verwundern, daß die fommerliche Ausruftung ber eleganten Bariferinnen oft zehn, ja fünfzehn weiße Aleider enthält!"

Belche Ungerechtigkeit bas mar! Behn bis fünf= zehn weiße Kleiber, und fie, Lotte Wegner, die fo herr-lich in folch weißem Gewande aussehen würde, besaß nicht ein einziges und murbe nie eines befigen! fleine Szene, die fich geftern zwischen bem Baumeifter und ihr abgespielt hatte, gewann ploblich Bedeutung. Er hatte sich gegen Abend, als sie, ihr Kind neben sich, ihres Gatten Rückfehr erwartete, zu ihr geset, mechanisch die Wollenknäuel in ihrem Arbeitskorb abund wieder aufgewickelt und dann die Locken des fleinen Modens gestreichelt: "Was die für schönes Rothan hat! Aber es muß noch schöner werben, gerade wie Mammas." Auf der Tischbecke lagen Alfred de Mussets

"Poésies nouvelles," die Walter der jungen Frau geliehen. Frau Wegners Französisch war sehr mangelshaft, und so blieb ihm nichts übrig, als sich zum Dols metsch des Dichters zu machen, der seiner Zeit so weit vorausgeeilt war, daß er uns erst jest wirklich modern Er verdeutschte ihr das feine Rondeau an Madame de G. "Dans dix ans d'ici seulement, Vous serez un peu moins cruelle" und fragte dann ganz unvermittelt, warum fie eigentlich niemals Beiß trüge. Er hatte fie nicht ein einziges mal im weißen Rleid gefehen, und das mußte gerade fur fie, gerade für ihre Art der, der - er räufperte sich ein wenig, ehe er das Wort "Schönheit" herausbrachte — die denkbar günstigste Folie abgeben. Alle diese Mussetschen Frauengestalten könne man sich kaum anders als in Beiß vorstellen, fließende weiße Falten, die den Reig des Körpers faum ahnen ließen. Wie, fie meine, fie fei feine Muffetsche Geldin, sondern eine gute Saus-frau und Mutter, die judem möblierte Zimmer vermiete? — Das tue nichts, fie fei bennoch reizender und aparter als alle biefe Pariferinnen und konne noch viel reigender sein, wenn sie es verstände, ihre Schönheit mehr zur Geltung zu bringen. Aber man könne ja nicht wissen, was noch werde, denn: "On apprend plus d'une nouvelle en dix ans."

Das fleine Erlebnis und der phantafievolle Bericht der Parifer Korrespondentin wirkten in ber jungen Frau nach, das weiße Aleid nahm immer größeren Raum in ihren Gedanken ein. Es erschien ihr nicht mehr als eine beliebige äußere Hulle, es wurde thr zum Symbol alles beffen, was sich für sie mit der Borftellung von Sorglofigkeit, heiteren Lebensgenuffes, von Jugendlichkeit und verfeinerter Grazie verband Wie das fein mochte, sich nicht Tag für Tag in die selben unverwüftlichen dunkeln Bollkleiber kleiben gu muffen, die gleichsam die Signatur ihres ganzen Lebens bedeuten: praktische Tätigkeit, Rüchternheit, Sparfamfeit, fondern in einer gerade durch diefelbe Berganglich- feit reizvollen Sulle ihre Berfon gur rechten Geltung gu bringen! Sie hatte bas Wort "gur Geltung bringen von dem Baumeister übernommen; es erschien ihr gang besonders bezeichnend. Wenn fie fich einmal gur Geltung bringen, einen einzigen Tag nur im weißen Rleid reizend und berführerisch fein durfte!

#### Ein edles Franenleben.

Roman von G. Deutsch.

(Rachbrud berboten.)

"Ja, besonders ift es Thüringen, das voller Burgen und Schlogruinen ift."

"Eine Ritterburg haben Sie ja auch hier," meinte bie Gräfin lächelnd, "ich glaube nicht, daß fie an Alter

einer in Deutschland ober der Schweis nachsteht." "Ich betrachte fie auch ftets mit dem größten Intereffe," geftand das Madchen.

"Bürden Sie einen Gang durch ben Bau magen ?" "Mit dem größten Bergnügen," verfeste Glifabeth lebhaft. "Ich muß fagen, daß ich mich im Stillen schon oft darnach gesehnt habe."

"Warum haben Sie es nie geaußert?"

"Ich wußte nicht, ob es der Frau Gräfin angenehm sein würde, und ich werde nicht gerne abgewiesen."

"Stols und bescheiden zugleich," fagte die Brafin. So fehr sich die stolze Frau bagegen wehrte, so gewann boch ein tiefes Wohlwollen, das fast an Hochachtung grenzte, immer mehr Raum in ihr. Es lagen auch so viele verwandte Buntte zwischen ihnen; diefelbe Rube und Festigkeit, wenn auch, mas bei der einen ein schöner, geflarter Ernit, bei der andern mehr falte Strenge mar, berfelbe tätige Sinn, diefelbe Pflichttreue! Und boch war wieberum eines verschieden in ihnen. — Bas bei - Was bei dem Madchen ein edler, gelauterter Ernft mar, das reine Bewußtsein bes Menschenwertes überhaupt, mar bei der Gräfin ein starrer Hochmut, der seine Wertsschätzung dem Ruhme eines Jahrhunderte alten Geschlechts entlehnte.

Mein Sohn verwahrt die Schlüffel, Sie können fie fich von ihm geben laffen," fagte die Grafin dann. Elifabeth erichrat faft und beugte fich raich berab.

als habe fie etwas fallen laffen, um biefen Musbruck

Die Bewegung mar überfluffig gemefen, benn die Grafin erhob fich, und bas mar ftets das Beichen gum

"Morgen werden Sie mir über die Gindrücke, die Sie empfangen, berichten," fagte fie noch beim Abschiede.

Um andern Tage in der Mittagsstunde schickte Elisabeth die Datka in die Zimmer des Grafen, die Schlüffel gu holen. Sie hatte vergebens ben gangen Bormittag gewartet, daß er sie ihr burch Jemanden zustellen lassen werbe.

Doch das lag durchaus nicht in der Absicht des jungen Mannes, ber ihr fie felber überreichen wollte und vergebens auf eine Gelegenheit lauerte, fie allein fprechen zu fonnen.

Alls die Datka erschien, war er ganz glücklich. "Wo ift das Fräulein?" fragte er.

"Es wartet in der Bibliothek."

"Geh' wieder zu den Kindern, Sanna," sagte der Graf freundlich, "ich will dem Fräulein selber die Schliffel überbringen "

Die Alte wagte keine Entgegnung und entfernte sich und Geza stand einige Augenblide später vor dem

"Fräulein Berner," sagte er zu der lleberraschten, "Sie können sich in dem alten Bau unmöglich allein zurechtfinden. Es sind viele geheime Gänge und Fall-türen, ein solcher Gang allein wäre gefährlich, erlauben Sie mir, Sie zu begleiten."

Das nehme ich nicht an, lieber verzichte ich auf den Bang," ermiderte fie furz entschloffen.

"Und was wollen Sie heute Abend meiner Mutter fagen? Wollen Sie ihr die Grunde eingestehen, warum Sie den Gang nicht gemacht? — Wollen Sie ihr fagen, weil Ihr Sohn mich einmal gekränkt vor Wochen bevor er mich gekannt, und ich es ihm trot all' feiner Bitten, seiner wirklichen Reue, nicht vergeben will, habe ich auch seine Begleitung abgelehnt, die ich dem geringsten seiner Diener bewilligt haben würde."

Elisabeth fah zu Boden, eine leichte Bläffe lag auf ihrem Gefichte.

"Sehen Sie," fuhr er fort, "ich hatte Ihnen ja die Schlüffel schiefen und Ihnen einfach auf dem Juße folgen können. Was hatten Sie getan, wenn Sie mir in dem alten Caftell begegnet waren? Bei Ihnen find solche Winkelzüge schlecht angebracht, ich weiß es; darum komme ich offen und ersuche Sie, mich als Begleiter Gin Bang allein hat ja feine Bedeutung anzunehmen. für Sie. Welches Interesse können schmale, feuchte Gänge, niedrige Kammern für Sie haben? Ich aber, ich fenne die Geschichte eines jeden Steines, denn als Anabe kannte ich kein größeres Bergnügen, als durch die alte Burg zu streichen und mir von der Mutter alles und jebes ergählen zu laffen. Fräulein Werner, gewähren Sie mir die Bitte! Denken Sie, nicht ich, sondern eine lebendige Chronik wandle an Ihrer Seite. Trot des Scherzes hingen seine dunklen Augen fast flebend an ihren Bugen. flehend an ihren

"Es fei," fagte fie nach einer Paufe, wie nach einem Kampfe mit sich selbst. "Wenn es Ihnen Ver-gnügen macht, können Sie mich begleiten."

Gin folch leuchtender Ausdruck des Glückes trat in sein dunkles, bartiges Gesicht, daß fie fich einer leisen Teilnahme nicht erwehren tonnte.

Er nahm einen Bachsftod und Streichhölzer aus einem fleinen Schrante und ging als Wegweiser boran, und sie solgente. Die Bibliothek lag im Erdgeschoß, und so durchschritten sie eine ganze Flucht Zimmer, bis sie zu einer Treppe kamen, die in den engen, kleinen Hofsützte, welcher das alte und neue Schloß verband.

Dieser Hof sah fast wie eine Cifterne aus, so hoch en seine Mauern. Dem Parke zu war er hufeisenförmig gebildet, dort ftand zwischen zwei Zwergeichen ein Brunnen. Tief und schwarz war fein Baffer, so dunkel und unheimlich, daß fich felbst die vertruppelten Bweige der Gichen darin nicht widerspiegeln wollten — nur bas Tangen ihres Schattens auf ber Oberfläche zeigte, daß es ein bewegliches Glement fei.

"Das ist der Brunnen der heiligen Teresta," sagte der Graf. "Die Sage geht bis auf die Hussitenkriege zurück. Prokop der Große übersiel das Schloß, als hier Hochzeit geseitert murbe. Der erste, der in dem furchtbaren Blutbade siel, war der Bräutigam, Graf Bista Csillagi. Die Braut zwang der Berruchte seinem Willen. Als fie bann, ibre Schmach und ben Tob bes Gatten rächend, ben Büterich in ber Nacht töten wollte, wurde sie in ihrem Brautgewande von Turmes in ben Brunnen gestürzt. Wie die Chronif erzählt, hat sich bas Wasser des Brunnens nach dieser und bis auf den heutigen Tag schreiben die Leute dem Brunnen eine wundertätige Kraft bei."

Elifabeth konnte fich eines Schauers nicht erwehren, als fie in die Tiefe fah. Die bleischwarze Oberfläche tam ihr wie der Deckel über einem Sarge vor.

Sie fchritten weiter und tamen an eine Treppe, die in die unterirdischen Räume des alten Schloffes führte. Sie stiegen viele Stufen hinab und befanden fich in einem schmalen, feuchten Gange, ber fich ftundenweit bis an das Gebirge hinzog.

Der Graf leuchtete umber und zeigte auf die Treppe, die fie heruntergekommen maren.

"Hier hat sich ein großes Stück Geschichte abgespielt," sagte er, "so gewaltig, baß es sich fühn an die hervor-ragenden Punkte griechischer und römischer Helbengröße anschließen kann — hier starb ein ungarischer Leonidas! Zwei Gegenkönige befehdeten sich im Lande, jeder hatte eine große Partei und der Bürgerkrieg wütete furchtbar. Mein Vorfahr, Graf Gabor Cfillagi, hielt zu dem rechtmäßigen Herrscher und war der tüchtigste und mutigste Soldat in seinem Heere. Da, in einer Winter-nacht, der Graf war im Schlosse bei Weib und Kind, er war verwundet worden und noch nicht gang genesen und mußte fern bleiben von Rampf und Gefahr flopfte es in fpater Stunde an das außerste Burgtor. Man öffnete. Da stand draußen ein müder, verfolgter Mann, frank und elend und kaum mit dem notwendigsten bedectt.

Es war eine furchtbare Nacht. Gine Ralte, daß die Bogel in der Luft erfroren, und dabei ein Sturm, der die Jiegel von den Dächern fegte und die Bänme zu entwurzeln drohte. Und der Mann, der in Nacht und Sturm um Hilfe siehte, war kein anderer, als der bestiegte Krätendent, der, von den Seinen verlassen, von den Feinden verfolgt, von Dorf zu Dorf gesehrt, totkrank bei diesem Schlosse zusammendrach. Der Graferbarmte fich des unglücklichen Mannes, denn er gedachte einer Stunde, wo biefer Fürft mit Gefahr feines eigenen Lebens ben Bater bes Grafen verwundet aus der Schlacht trug und ihn vor ben Feinden rettete. Und wenn er auch nicht für feine ungerechte Sache war, fondern gegen fie, so konnte er ihn doch nicht hilflos vor feiner Burg umkommen oder in diesem Zuftande in die Bande der Verfolger fallen laffen.

Da, im Morgengrauen nahten schon die Berfolger und pochten an das Tor. Auch die Nacht hatte Augen. Ein heimkehrender Bauer hatte den Borgang gesehen und die Verfolger auf die rechte Epur gebracht. nahten im Siegekrausch. Se war ja sicher, daß der Graf den Feind ausliesern würde, aber der Graf weigerte sich, der Feind war sein Gast geworden, er stand für ihn mit Gut und Blut ein und die Tore der Burg blieben geschloffen. Nochmals drängten die draußen Harrenden auf Auslieferung, der Graf verlangte Sicher= ftellung des Lebens und der Freiheit für den Befangenen, wenn nicht, wollte er ihn bis zu dem letten Blutstropfen verteidigen. Da ergrimmte ber König, ließ Berftarfung tommen und fturmte bas Schloß. Der Graf ließ Beib und Rind und ben Gefangenen hier in biefen Gang bringen und burch einige bewährte Diener nach den Karpathen geleiten, er aber mit dem übrigen Teil der Dienerschaft verteidigte diese Treppe.

Wie ein Seld der Borzeit ftand er hier bor der fleinen Deffnung, als die Mauern des Schloffes ge= fallen, und hielt er, der Einzelne, die Herauftürmenden auf. Die Stufen waren mit Leichen bedeckt, er selber blutete aus vielen Wunden, er hielt sich aber aufrecht, bis . . . bis er glaubte, die Flichtlinge feien in Sicher-heit. "Nicht als Verräter habe ich gegen Dich ge-känupft, o König," sagte er dann, als er sterbend zusammenbrach, "benn taufend Beweise meiner Treue haft Du, fondern weil ich Gaftfreundschaft einem Manne im Glend gewährt, der einst meinem Bater das Leben rettete und den ich schügen mußte."

"Das heißt aus Treue die Treue brechen," fagte Elisabeth nach einer Beile, als der Graf schwieg. "Gine selten edle und heroische Tat. hat der König fie an den Ueberlebenden geahndet?

"Nein. Er betrachtete fie aus bem Gefichtspuntte wie Sie - und verzieh. Ber Gaftfreundschaft gemährt, muß für fie einfteben.

"Diefe Gigenschaft ift wohl ein ausgeprägter Bug bei Ihrer Nation?"

Er bejahte. "Doch glaube ich nicht, daß sie sich in unserer Zeit in einer folchen Größe bewähren würde,"

(Fortfetung folgt.)



#### Balt ffill.

Halt still und laß das Fragen, Mein Herz, frag nicht warum? Und mußt ein Rreug du tragen, So trag es stumm.

Und mußt bu Unrecht leiden, Leid's ohne Furcht und Scheu, Bleib nur zu allen Zeiten Dir felbft getreu.

Beim Aufbau eines Lebens Brauchts mancherlei Gestein, Und nichts fügt sich vergebens Ins Ganze ein.

Schon je haft bu's erfahren: Bas erft dir duntet fchien Das trat nach Tag und Jahren Klar vor dich hin.

Drum, Seele, laß bas Fragen. Db's auch durch Dornen geht; Blaub', daß ob beinen Tagen Gin Gottgedanke fteht.

Clara Forrer.

## Hen. Bewegliche Klaviatur. 31x. 56,464.

Unentbehrlich für Anfänger und alle die leicht vom Blatte lesen wollen. [2376 Berkauf, die Schachtel zu Fr. 1.— und Fr. 1.75 kranko, bei Heuchattel zu Fr. 1.— und Fr. 1.75 kranko, bei Nern Philipp Colin, Les Grattes s. Rochesort, bei Neuchatel, oder bei der Expedition der Schweizer Frauenzeitung.

#### Das Menn im Sommer.

In defen Tagen hatten wir den höchsten Sonnenstand des Jahres, Johanni erschien unmittelbar darauf und damit traten wir in die Sommer-Saison ein. Die Jahreszeiten haben das Gute sür den Menschen, daß sie ihm einen wohstätigen Wechsels bringen: Bechsel im Naturbild, in der Temperatur, in den Erbensgewohnheiten und nicht zulegt in der Ernührung. Die Kerkere ist sür uns alse ann besonders wichtig. Venisgewohnheiten und nicht zuleit in der Teinförtung. Die Lenisgewohnheiten und nicht zuleit in der Ernährung. Die Letzter ift für uns alle ganz besonders wichtig. Das verdrossen Wetht, das ein hoher Würdenträger ern Kirche seinem Beibloch gab: "Toujours perdrix!" hat seine Bedeutung für die ganze Ernährungsweises Nenschen überhaupt. Biel Udwechslung im Wenubenirtt einen guten Gehundheitszustand in unserm Organismus. Neue Speisen hauptsächlich regen sehr vorseilhaft die Berdauungskäste und die Speicheldrüssen un. Der Krantheitszustand des Menschen ist gar nichts anderes, als ein Mangel im Stossweisen speiselbrüsen an. Der Krantheitszustand des Menschen ist gar nichts anderes, als ein Mangel im Stossweisen. Jest ill's auch wieder eine Freude zu arbeiten!" tönt es uns entzegen. Das Jeld, der Sarten, die Flur liesert ihre ganz friichen Produkte in die Küche und zur oft ist jest dort ein emdarras de richesse zu sinden, das einem die Wahl weht tut. Aber nicht nur für den Cheisieren die Wahl weht. Der nicht nur für den Cheisieren und ihre frohen Mienen verraten uns ihr Wohlschen der den es deinen es heißt, irgend eine Sommertur zu machen.

Wohlbefinden dabet.
Wenn es heißt, irgend eine Sommerkur zu machen, so will das nicht allein besagen, einen Lustwechsel vorzunehmen, das oder jenes Badwasser seinem Leib anzebeihen zu lassen, sondern vielmehr: Einer gesunden und natürlichen Grächrung zu psegen! Wir zumal in den Städten sündigen das ganze Jahr ohne Unterlaß gegen die elementarsien Gebote der Gesundheit, ohne ost es zu wissen. Der Bauer auf dem Lande

hat barin einen großen Vorteil uns gegenüber. Seine Ernährung ist eine viel naturgemäßere, abwechstlungsreichere, zubem aber lebt er hinschtlich der großen Gesundheitsfaktoren geradezu in einem Jealzustande, benu Sonne und Luft haben bei seiner spärlichen Sommerkleidung hinlänglichen Zufritt; auch die reich-liche Bewegung vermittelt den sehr notwendigen Stoff-wechsel auf Verke. Darum ist auch keinem Menschen wohler, als dem Bauer, dem der Schweiß sein Tage-werk erleichtert. Keine Verdauungsstörungen plagen ihn wie den Mentier, der nicht weiß wohn mit seinem vollen Magen. Wo schweckt denn sonst einem Men-schoppen Most? hat barin einen großen Borteil uns gegenüber.

#### --->≥- Avis ·3--an den verehrl. Leserkreis.

Wir bieten unsern verehrl. Abonnenten die Vergünstigung, dass sie pro Jahr ein Inserat betreff. Stellenanerbieten und Stellengesuche (Raum zirka 10 Petitzeilen) unentgeltlich einmal in unserem Blatt erscheinen lassen können. Wird Chiffre = Inserat ge= wünscht, so ist für Uebermittlung der Offerten das nötige Porto beizulegen.

hochachtend

Die Expedition.

#### **DECEMBERGE COM**

Zur gefl. Beachtung. 2040

Bei Adress-Aenderungen ist es absolut notwendig, der Expedi-tion neben der neuen auch die bisherige, alte Adresse anzugeben.

#### COCCOCCCCC Gesucht:

auf 1. Sept. nach Luzern ein junges, braves Mädchen, das die Hausgeschäfte unter Fährung der Hausfrau erlernen will, in kleine Familie. Bei gutem Verhalten gute Lebensstellung. Lohn nach Uebereinkunft. Offerten unter \$ 2499 befördert die Expedition d. Bl.

Gesucht in eine kleine Familie ein Gesuch in eine kleine Familie ein die treues, zuverlässiges Mätchen, das die Hausgeschäfte und das Kochen versteht. Guter Lohn und ebensolche Behandlung zugesichert. Offerten unt. Chiffre B W 2502 befördert die Expedition.

Eine gut erzogene junge Tochter, welche es gut versteht mit Kindern unzugehen, und welcher man die Kleinen in jeder Beziehung ruhig anvertrauen darf, findet angenehme Stelle im Engadin. Anfragen mit näheren Angaben über bisherige Beschäftigung, Alter, Zeugnisse oder Empfehlungen achtbarer Personen, wenn möglich auch mit Bild, befördert die Expedition sub Chiffre F V 2504.

Eine Tochter geselzten Allers, welche die Hausgeschäfte selbständig füh-ren kann, sowie im Nähen, Flicken und Kochen gut bewandert ist, sucht Stelle in ein gutes Haus, wünscht am liebsten selbständige Führung des Haushaltes. Offerlen unter Chiffre H 2497 befördert die Expedition d. Bl.



#### Hotel-Pension Schweizerhof **Süs** (Unter-Engadin) =

2350] Schöne, gesunde Lage am Fusse des Flüelapasses. Für Ferienaufent-halt sehr geeignet. Gute Verpflegung. Mässige Preise. Prospekte gratis. Wwe. M. Vetsch, Propr.

# Kurbedürftige Kinder Nervöse, Schwächliche, Rekonvaleszenten, Schulmüde finden Aufnahme im neu eingerichteten Kinderkurhaus und ärztl. Landerziehungsheim

bei Kradolf, Thurgau. — Kleine Zahl. — Aerztl. Ueberwachung und benandlung. Physikal.-diätet. Heilmethoden. Körperpflege. Sorgfältige Erziehung. Privatschule. Prospekt u. Auskunft durch **Dr. med. Nägeli.** (O. F. 1661 d)

#### Eingaben auf Chiffre-Inserate.

Das Bewerbungsschreiben soll in ein Couvert eingeschlossen werden, auf welches man **nur** auf der Rück-seite die Buchstaben und die Zahl der

Chiffre deutlich notiert.

Dieses Couvert ist dann erst in ein an die Expedition des Blattes adressiertes zweites Couvert zu stecken, wobei die Beilegung einer entsprechenden Franko-Marke nicht vergessen werden darf, damit die Expedition das innere Couvert versenden kann. Eingaben auf Inserale, welche **nicht** 

in der **nouoston** Blattnummer gelesen wurden, haben wenig Aussicht auf Erfolg, da solche meist schon erledigt

sına.

Die Expedition ist nicht befugt,
Adressen von Chiffre-Inseraten mitzuteilen.

[2495]

zuteilen. [2495 Um diesbezügliche Beachlung er-sucht höflich Die Expedition.

Den geehrten Offertgeberinnen auf das Inserat sub Chiffre B H 2492 diene zur gefl. Kenntnisnahme, dass das Gesuch erledigt ist.

Eine gut erzogene Tochter von gediegenem Charakter, mit gutem Umgangston, in den Haus- u. Handarbeiten, besonders im Nähen bewandert und den exakten Zimmerdienst kennend, findet als Stütze in einem feinen Haushalt einen angehehmen Wi kungskreis. Geachtele Stellung, beste Behandlung und guter Lohn wird als selbstverständlich betrachtet. Offerten mit näheren Angaben, Referenzen etc. befördert die Expedition unter Chiffre Sch W 2501.

Eine im Hauswesen und in Besorgung einer guten bürgerlichen Küche selbständige Tochter sindet gute Stelle. Zum Besorgen eines Teils der Zimmerarbeit und des Abtrocknens beim Auswaschen ist eine Hülje da. Sehr schöne Position für eine tüchtige Tochter, welche selbständige Arbeit liebt. Lohn u. Behandig. gut. Oserlen mit Zeugaissen oder Empsehungen und näheren Angaben befordert die Expedition unter Chissier FV 2503.

Eine tüchtige Tochter, welche die Hausgeschäfte und das Kochen versteht und mit Verantwortlichkeitsversteht und mit Verantwortlichkeitsgefähl arbeitet, findet gut bezahle
Stelle in kleiner Familie, die in ihrem
mit allen modernen Bequemlichkeiten
ausgestalteten Heim allein wohnt.
Sehr schönes, durch Zentralheizung
erwärmtes Zimmer. Einen Teil der
Zimmerarbeiten besorgt die Dame
selbst. Gute Behandlung steht ausser
Frage. Exakt und reinlich arbeitende
Töchter, welche die Vorzüge einer
solchen Stelle zu würdigen wissen,
wollen ihre Offerten einreichen unter
Chiffre M T 2488 an die Expedition.

#### Die Chemie des Schlafes.

Bahrend eines tiefen Schlafes ift ber Mensch ein anderer als im machen Zuftand. Den Unterschied anderer als im wachen Zustand. Den Unterschied bedingt nicht nur die fast gänzlich ausgeschaftete bewußte Tätigkeit bes Gehirus, sondern auch eine wesentlich anderen Regelung der Borgänge in anderen Organen. Insbesondere ist auch der Stosswechsel während des Ansvernwere in und ver Sioppweigert wageen von Schlase ein andrer, wie Dr. Hirfchstein vor dem Aerztlichen Berein in Hamburg auf Grund umfangreicher chemischer Untersuchungen nachgewiesen hat. Während der Nacht scheie auß Enderzeugnisse des Stoffenechtelt zu hetrachten sind darunter hauntkächlich wechsels zu betrachten find, barunter hauptfächlich Phosphor- und Schwefelsaure und Stickioff. Dat nun jemand folecht geschlafen und find diese Stoffe somit jam größeren Teil in seinem Körper zurückgeblieben, som größeren Teil in seinem Körper zurückgeblieben, so dauert es gewöhnlich bis zur nächsten Racht, bis der Körper sich ihrer entledigen kann. Außerdem wird durch eine Beeinträchtigung der Nachtruhe auch die wichtige Ausscheidung des Chlors gestört, die sont während des Tages am stärften ist, aber nach einer schlassen Nacht unterdunden wird. Es ist gewiß eine sin Artlicks Wisconscheit kann. Es ift gewiß eine für arztliche Wiffenschaft hochwichtige Erkenntnis, daß Schlasmangel dazu führt, gerade die stärksten Säuren um 24 ober 48 Stunden im Körper zurückzuhalten. Man braucht nur baran zu denken, wie viele Krantheitszustände durch mangelhafte Ausscheidung solscher Stoffe bedingt werden. Dr. Hirschftein hat durch langere Bersuche noch genauer ermittelt, in welchen Tageszeiten die einzelnen Stoffe am stärksten ausge-schieden werden. Für die meisten ist dies in den

Stunden von 7—11 Uhr abends und von 8—7 morgens der Fall, während die Tätigfeit der Nieren während der dazwischen gelegenen Stunden des tiesten Schlafes etwas sinkt. In welcher Weise das Zustandesommen und der Verlauf des Schlafes vielleicht mit diesen Tatsachen ielbst unswendent selbst zusammenhängt, kann noch nicht gesagt werden. Da die Entstehung des Schlases neuerdings mit der Bildung eines "Ermüdungsgistes" in Beziehung gebracht wird, kann vielleicht gerade die Chemie gur Aufhellung des Schlafrätsels führen.

#### Bundesfeier-Postkarte 1911.

Mitgeteilt.

Witgeteilt.
Es wird ausdrücklich darauf aufmerkfam gemacht, daß die vom Schweiz. Komitee zur Hebung der Bundeszeiter herausgegebene offizielle Küntlerpostarte vom 25. Juli a. c. ab und zwar ausschließlich bei den Posteilen zur Ausgade gelangt, und daß daß genannte Komitee der Herausgade von Ansichtskarten zur Bundeszeiter aus Privatverlage, wie sie herumgeboten werden, ferne sieht.

ferne fieht.
Der volle Netto-Ertrag der offiziellen Bundesfeier-Bojitarte, über den der Bundesrat disponiert, ist für schweiz Werke der Gemeinnützigkeit bestimmt, dieses Jahr für solche der Jugendfürsorge.

#### Ein zeitgemäßer Porschlag.

Maria brachte ihr Glas töftlicher Narbe bem herrn bei feinen Lebzeiten. So follten auch wir unfere Liebe und Bartlichkeit nicht aufbewahren, bis unfere Freunde gestorben sind, sondern ihr Leben mit Freude erfüllen. Sprecht freundliche, ermutigende Worte, so lange die Ohren Surer Lieben sie hören, und so lange ihre Herzen barüber sich freuen können. Sagt daß, was Ihr nach ihrem Tode sagen wollt, ehe sie Gud genommen werden. Bermendet die Blumen, mit denen Ihr ihre Särge zu schmidten gedentt, schon jetzt, um ihre Herzen damit zu erfreuen. erfreuen.

Benn meine Freunde Glafer toftlicher Narde hatten, voller Teilnahme und Liebe, die fie über meinen Leichs-nam auszugießen gedächten, ware es mir lieber, fie brachten fie mir in ben trüben Stunden meines Lebens und öffneten sie dann, damit ihr Duft mich erfreue und erquicke, solange ich es nötig habe. Ich hätte lieber einen ganz schmucklosen Sarg und eine Beerbigung ohne Gefolge, als ein Eeben ohne Liebe und Teil-nahme. Laßt uns von Maria lernen, unsere Lieben vor dem Begräbnis zu salben. Freundlichkeiten nach dem Tode können den belasteten Geist nicht erquicken, Totenkränze senden ihren Dust nicht zurück in das mühselige Leben der Berstorbenen.

#### GALACTINA

Alpen-Milch-Mehl

Beste Kinder-Nahrung. Die Büchse Fr. 1. 30. 3191

#### Gebildetes Fräulein

oder jüngere Witwe ohne Kinder findet Vertrauensstelle als selbstån-dige **Leiterin des Hauswesens** in kleiner, dige Loitorin des Hauswesens in kleiner, guler Familie. Tüchtigkeit im Haushall, gesundes Wesen, froher Charakter und sympathisches Auftrelen erforderl. Einfamilienhaus in schöner Lage auf dem Lande. Sehr angenehme Stellung. Bewerbung mit Zeugnissen, Bericht über bisherige Tätigkeit und Pholographie under Chiffre W 2493 an die Expedition d. Bl.

Gesucht: zu sofortigem Eintritt ein

#### Dienstmädehen

in gute Familie. Auskunft erteilt die Expedit. des Blattes sub Chiffre **2483.** 

Eine Tochtor gesetzten Alters, im Haushalt tüchtig u. der deutschen und engl. Sprache mächtig, wänscht sich in einer guten Familie zur Be-sorgung der Hausarbeiten zu plazieren. Angenehmer Verkehr ist Bedingung. Gefl. Offerten unter Chiffre F V 2490 befördert die Expedition.

#### Ferien-Aufenthalt.

Bei Beamlenwiltwe, am Zürichberg wohnend, finden 2 Fräulein od. Dame mit 1—2 Kindern sehr angenehmen Ferienaughenthalt. Wenn gewünscht, zeitweise Begleitung. Grosses Zimmer mit prächtiger Aussicht. Beste Refe-renzen. Offerten unter Chiffre S 2460 befördert die Expedition des Blattes.

Adler-Lorrainestickmaschine ist unübertroffen. [2248



#### Kluge Damen

2129] gebrauchen beim Ausbleiben der monatlichen Vorgänge nur noch "Förderin" (wirkt sicher). Die Dose Fr. 3.—.

J. Mohr, Arzt Lutzenberg (Appenzell A.-Rh)

## St. Jakobs-Balsam +

von Apothéker C. Trautmann, Basel. Hausmittel I. Ranges als Universal-Heil- und Wundsalbe für Krampfaden, Hämorrholden, offene Stellen, Flechten. (5727 S) [2446 In allen Apothéken, Stadt u. Land à Fr. 1. 25. Gen.-Depot: St. Jakobs-Apothéke, Basel.

## Abonnements-Einladung.

Wir laden hiermit zum Abonnement auf die

Gegindel

Gegindel

St Gallen

Drgan für die Interessen der Krauenwell. -

mit den Gratis-Beilagen

"Für die Kleine Welt", "Roch- und Haushaltungsschule" mit Modeberichten

angelegentlichst ein.

2182]

Die Schweizer Frauen-Zeitung steht im 33. Jahrgange und ist das erste und älteste Frauenblatt der Schweiz. Sie zeichnet sich aus durch reichhaltigen, interessanten, lehrreichen Lesestoff und wird daher als bestes Blatt für den häuslichen Kreis in der ganzen Schweiz geschätzt.

Die Schweizer Frauen-Zeitung kostet pro Quartal nur Fr. 1.50 und sollte als beste häusliche Cekture in keiner haushaltung mehr fehlen.

Bestellungen werden jederzeit entgegen genommen und sind dieselben zu richten an die Administration in St. Gallen.

hochachtungsvoll

Verlag der Schweizer Frauen-Zeitung.



## Institut tür junge Leute

Quinche & Fils, Cressier (Neuenburg). (5828 S)

Ferienkurse v. 1. Juli bis Ende Septb.



hindert den **Durchfall der Kinder.** Es bildet infolge seiner vorzüglichen Zusammensetzung ein vollständiges Nahrungsmittel. Ueberall erhältlich. Schweiz. Milchgesellschaft Hochdorf.

## Graphologie.

2184] Charakterbeurteilung aus der Handschrift. Skizze Fr. 1.10 in Brief-marken oder per Nachnahme Aufträge befördert die Exped d. Bl.

### Damenbinden

(Monatsbinden)

aus weichem Frottierstoff, waschfar, aus weichem Frottierstoff, das einfachste, solideste und angenehmste im Tragen. — Per Stück 80 Cts.; dazu passende Gürtel per Stück Fr. 1.30. — Der Artikel wird auf Wunsch zur Ansicht gesandt.

Diskreter Versand von

Otto Stähelin-Frölich

Wäschegeschäft Bürglen (Kant. Thurgau).

echte Balsamtropfen nach Klosterrezept, per Dutzend Flaschen Fr. 2.60 franko Nach-

St. Fridolin-Apotheke Näfels, Markt 12. Wiederverkäufer Vorzugspreise.

Gratulations- und Verlobungskarten liefert schnell und billig Buchdruckerei Merkur in St. Gallen.

#### Der Prozek um die Schönheitskünstlerin.

Bas die Schönheitspflege einbringt, darüber mur-Was die Schönheitspisege einbringt, darüber wurden dieser Tage während eines Prozesses vor einem Londoner Gericht erstauntliche Aufschläffe gegeben: 575,000 Fr. hat Frau Helene Titus, recte Aubinstein, allein im letzten Jahre in ihren Londoner Schönheits-Salon durch Massage, Manicuren und den Berkauf von Salben, Delen, Seisen und anderen wohldustenden Artiseln, die zur Schönheitspisege gehören sollen, versiert dient. Daneben hatten Zweiggeschäfte in der Provinz ihr noch weitere 125,000 Fr. eingebracht. Das kam im Berlause bes Prozesses zutage, den Frau Aubinstein gegen eine reiche Amerikanerin, namens Luisa Binter-feld aus New-York, führte. Der Gegenstand des Pro-zesses war eine junge Dame, namens Dora Mabel Stock. Frl. Stock war 1908 in dem Schönheitssalon als Ge-hilfin aufgenommen worden, und in dieser Eigenschaft wurde ihr später die Bflege der Hautsarbe der reichen Amerikanerin anwertraut. 26 Mal hatte Frau Winterfeld ihr Beficht den ebenfo garten als gefchickten Banden der Frl. Stock anvertraut und der Erfolg war wunderbar. In ihrer Dankbarkeit bot die Amerikanerin der kleinen Schönheitskünftlerin an, sie mit über den Dzean zu nehmen, und kaufte Frau Aubinstein die Dienste ihrer Afsikentin auf drei Monate ab. Aber als die Zeit abgelausen war, meldete Frl. Stock, daß Frau Wintersfeld sie als Sekretärin für 6000 Fr. im Jahr mit freier Station und allen Reiseausgaben engagiert habe. Frau Rubinstein wendet dagegen ein, daß Diß Stock fich auf drei Jahre verpflichtet habe. Als nun Frau Binter:

feld zur Krönung mit ihrer Sekretärin nach England tam, ftrengte die Rubinstein den Prozeß auf Entschäbigung für die ihr entzogenen Dienste der Frl. Stock an. Um dem Richter einen Maßstab für den erlittenen Berluft zu geben, wies fie aus ihren Buchern den oben in Bahlen gegebenen riefigen Berbienft nach. was bringt Ihnen die Arbeit einer Gehilfin ein?" fragte der Richter. "2250 bis 12,500 Fr. pro Monat," laufete die Antwort. "Welches Salar zahlten Sie Frl. Stock?" fragte der Richter weiter. "Ich hatte mich veruflichtet, Frl. Stock im ersten Jahre 9 Fr. in der Boche, im zweiten 19 und im dritten 31 Fr. zu zahlen." Das Gericht entschied gegen diese schätige Klägerin.

#### Die Wisseuschaft von der Kaarfarbe.

Die Wissenschaft von der Haarsarbe.

Die Wissenschaft von der Haarsarbe ist noch immer ziemlich rückländig und das ist vielleicht der Erund, weshalb gerade mit Bezug auf die Haarpslege noch so viel ummüge oder gar gefährliche Luackfalberei ausgeübt wird. Wer von einem Gelehrten eine Aufslärung oder eine Abhitse für ein frühzeitig ergrautes Haar erwartet, wird sich in seinem Jutrauen entfäuscht sehen Wan sagt multgemeinen, das Ergrauen sei ein Vorgang mangelhafter Ernährung der Haare, aber das ist doch nur eine Phrase. Selbswerkändlich hat auch die Chemie versucht, diesem Aktsel mit ihren Mitteln beizukommen, aber einen entscheidenden Ersolg hat auch sie hier kennicht errungen. Die Vildung von Farbssofien in den Haaran wird nach der Unstick einiger Forscher durch die Erzeugung einer Eisenverbindung hervorgerusen, die möglicherweise aus dem roten Farbssofie des Vlutes kammt, aber auch das kann kaun

richtig sein. Bon anderer Seite ist nämlich ermittelt worden, daß ein großer Gehalt an Sisen auf die Haarfarbe ohne Einstuß ih und daß beispielsweise das liesschausz Vkgerhaar gar kein Sisen enthält. Sin Mitarbeiter des Laneet, der den heutigen Stand der Chemie des Laneet, der den heutigen Stand der Schemie des Haares schiebert, erwähnt unter dessen Bestandteilen ferner Schwesel, schwesselfaure Verdindungen und einen ziemlich großen Gehalt an Keiselssäure. Vielleicht haben im Allgemeinen dunkle Haare mehr Bielleicht haben im Allgemeinen dunkle Haare mehr Bielleicht haben im Allgemeinen dunkle Haare mehr Bieleicht haben im Allgemeinen dunkle Haare webenso eisenhaltig wie schwarze. Es wäre indessen Werelinditig wie schwarze. Es wäre indessen möglich, daß der Unterschied auf einer höheren ober niedrigeren Verbindung des Eisens mit Sauerkoss beruht, wie es auch schwarzes und rotes Eisenopyd gibt, von denen diese gewöhnlich als Rost bezeichnet wird und mehr Sauerkoss end rotes eisen auch in diesen Vernutungen ein Schied Wahrheit steelen mag, so genügen sie durchaus nicht zur Aufklärung der Veränderungen, von denen die Haare bei Kranstheiten und dei vorrüschenden Allter befallen werden. Sanz rätselhaft sind die Hälle, in denen ein Ergauen der Haare durch der Hare besalte werden. Sanz rätselhaft sind die Kranstheiten und ein der der berührt die tatsächlich beobachtete Erscheinung, daß ein blondes Haar währende eines Unsales von Beisedersberestering völlig schwarz wird und nach der Wiedersberesterlung die Ratursarde zurückgewinnt.

#### Vogelleichen auf Damenbüten.

Hierüber schreibt Prof. Dr. Altmann im Julihest des Keplerbundorganes "Unsere Welt". Wir teilen den beherzigenswerten Schluß des zeitgemäßen Ausfakes mit

ucerna 2261 (6168 Chocoladen von anerkannter Güte

# namann'

## **Bergmann's** Lilienmilch-

Zwei Bergmänner Seife von Bergmann & Cº Zürich.

ist unübertroffen für die Hautpflege verleiht einen schönen reinen zarten Teint und vernichtet Sommersprossen und alle Hautunreinigkeiten. Nur echt in nebenstehender Packung.

#### Médicoferment. Traubenhefe.

2398] Ausgezeichneten Erfolg, vortreffliche Ergebnisse. Behandlung und Heilung aller Krankheiten der Haut, des Magens, Blutarmut, Gelenkrheumatismus, Zuckerkrankheit etc. Broschüre gratis. Man wende sich an A.-G. G. César Boss, Direktor, Le Locle (Schweiz).

Ein neuer Roman

## Paul Oskar Höcker

erscheint jetzt unter dem Titel "Fasching" in der "Gartenlaube". Das neue Werk vereinigt alle Vorzüge dieses Lieblingsautors: Temperament der Erfindung, Grazie des Stils und eine nie versagende Kraft der Menschen und Milieuzeichnung. Vor dem oft märchenhaft schönen Hintergrunde Münchener Faschings- und Künstlerfeste spielt sich eine herzbewegende Lichesgeschichte ab, die den Leser durch ihre sprühend lebendige Sprache ungemein fesselt.

Die "Gartenlaube" ist zu beziehen durch alle Buchhandlungen und Postanstalten:

a) in Wochenheften m.t dem Beiblatt: "Die Welt der Frau" zum Preise von 25 Pf. wöchentlich, b) in Wochennummern ohne das Beiblatt zum Preise von 2 Mark vierteljährlich.

Verlag von Ernst Keil's Nachfolger (August Scherl) G. m. b. H., Leipzig.

## Kathreiners Malzkaffee

ist ein Produkt, das jede Gewähr für ein bekömmliches, angenehmes Familiengetränk bietet.

#### RUDOLF MOSSE grösste Annoncen-Expedition

des Kontinents

(gegründet 1867).

#### ZÜRICH

Aarau — Basel — Bern — Biel — Chur — St. Gallen — Glarus — Luzern — Schaffhausen — Solothurn.

Berlin - Frankfurt a/M. - Wien etc. empfiehlt sich zur Besorgung von

#### Inseraten 🦦

in alle schweizerischen und ausländ. Zeitungen, Fachzeitschriften, Ka-lender etc. zu Originalpreisen und ohne alle Nebenspesen.

#### Bei grösseren Aufträgen höchster Rabatt.

Geschäftsprinzip: Prompte, exakte und solide Bedienung. Diskretion! Zeitungskatalog gratis u.franco.

#### Hämorrhoiden! Magenleiden! 12428 Hautausschläge!

Rostenlos teile ich auf Wunsch jedem, welcher an Magen-, Verdauungs- und Stuhlbeschwerden, Blutstockungen, sowie an Hämornhoiden, Flechten, offenen Beinen, Entzlindungen etc. leidet, mit, wie zahlreiche Patienten, die oft jahrelang mit solchen Leiden behatet waren, von diesen lästigen Uebeln schnell u. dauernd befreit wurden. Hunderte Dank- und Anerkennungsschreiben liegen vor.

Krankenschwester Klara

Krankenschwester Klara Wiesbaden, Walkmühlestrasse 26

# die Tasse

englischer Familienthee

Qual. I à Fr. 3.50; Qual. II à Fr. 2.50 per Pfund gegen Nachnahme. — Von 5 Pfund an franko. [2486

Anglo Swiss Trading Agency, Basel II.



#### Leibschmerzen Magenbeschwerden und Ohnmachten

werden gelindert durch einige Tropfen

Pfeffermünz - Kamillengeist Golliez

(Marke: »2 Palmen»)

Einige Tropfen in Zuckerwasser geben das erfrischend, und gesündeste Getränk. In allen Apotheken zu haben in Flacons à 1 und 2 Fr. [2214

Apotheke GOLLIEZ, Murten.

2186] Verlangen Sie bei Ausbleiben und sonstigen Störungen bestimmter Vorgänge gratis Prospekt od. direkt unser neues, unschädliches, ärztlich empfohlenes, sehr erfolgreiches Mittel à 4 Fr. Garantiert grösste Diskretion. St. Afra Laboratorium, Zürich, Neumünster. Postf. 13104.

# Xopfläuse §

samt Brut. Sofortige Beseitigung. Versandhaus Steig 331, A, Herisau.

#### Für 6.50 Franken

versenden franko gegen Nachnahme btto. 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen

(ca. 60-70 leichtbeschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [2183 Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.

Schon fehlt es erfreulicherweise nicht an Hesperin in der Not unter den edlen Frauen und Männern. Denn, wie Krofssor Schillings berichtet, erlaubt die Königin-Witwe Alexander von Großdritannien keiner Dame, sich ihr in "Schmuch" eines "Reiherhutes" zu nahen. Sie hat mündlich und schriftlich wiederholt ihre schapen. Sie hat mündlich und schriftlich wiederholt ihre schapen Welt aufsortenden Neihermoden" zum Ausdruck gedracht. Auch unser hochedel und human denkender Kaiser Wilhelm I. soll die Kaiserin gelegentssich eines Bestucks in London gedebeten gleben "bei ihren Eint eines Bestucks in London gedebeten gehen, "bei ihren Eint eines Bestucks in London gedebeten den, "bei ihren Eint eines Bestucks in London gedebeten den, "bei ihren Eint von fich; dann verschwindet Wode mitzumachen, weit von sich; dann verschwindet die Auchfrage und damit auch das Angebot, und die Jervögel sind vor der Bernichtung gerettet. Gleichzeitig müßten allerdings auch die Staaten die Ausserp. Einssufru und den Berkauf solcher Bogelsebern gestellich verbieten, und die Prachtvollen Gesieder werden wieder nach wie vor die Landschaftsbilder verschönen, wie es die gütige Mutter Natur gewollt!

#### Sonnenstich und Bitschlag.

Run find fie da, die beißeften Tage im Jahre. Den Menschen wird manche Unannehmlichfeit dadurch bereitet; benn er kann in biefer Zeit nicht immer im fühlen Schatten weilen. Die Glut ber heißen Sonnenstrahlen kann aber leicht Sonnenstich und hipschlag nach sich ziehen. Der Sonnenstich wird durch die unmittelbare Ginwirfung der Sonnenstrahlen auf den Körper

bervorgerufen; der Sitschlag fann aber auch bei bedecktem Simmel eintreten, wenn dumpfe Schwüle über ber Erde lagert. Gine Abwehr gegen den Sonnenstich ist schon das Tragen eines leichten Strohhutes. Gegen den hibschlag schützt man sich, indem man an schwälen Tagen übermäßige Unftrengungen, befonders Banderungen, die bas herz angreifen, vermeidet. Ift ein hibichlag eingetreten, so gilt es, mit kalten Umichlägen dem Körper Rühlung beizubriugen. Das Atmen muß durch Lüftung der Kleider erleichtert werden. Die Tätigkeit des Bergens ift fünftlich ju ftarfen und zu fteigern. Gin guter Trunt fühlen Baffers langfam, schluckweise genommen, fann nicht schaden; auch ein Bad, in dem man nicht plöglich, sondern allmählich die Glieder abfühlt, ist von wohltuender Wirkung. Vor allem aber ist ein Arzt zuzuziehen.

#### Krankes Blut.

Das Blut ist der wahre Lebensquell, aus dem der Organismus seine Erhaltung schöpft, durch den jedes einzelne Gewebe des Körpers sich ausbaut, durch den der gesamte Stoffwechsel seinen Bestand hat. Dieser sietig in uns treisende "besondere Sast" vermittet die Aufnahme der uns unentbehrlichen Lebenstuft, erwirtt in Einzahme der uns unentbehrlichen Lebenstuft, erwirtt in Einzahme der uns unentbehrlichen Lebenstuft, die Ginnahme der uns unterhingen Erbeitalt, erwirt bie Ginnahme der uns unbedingt nötigen Nährslöffe und versorgt mit dem in jegliche Stelle des Körpers dringenden Blutstrome die Umsehung alles Stofflichen. Den Lungen bietet das Blut den Gasaustausch, vers

breitet den Sauerstoff durch den Körper und gibt die den Geweben enthommene Kohlensäure wieder ab. Aus den Tärmen und Verdauungsorganen bringt das Blut die Nährstoffe und ihre Umwandlungsprodukte in Umsauf und verschafft den Auswurfskoffen den Abgang durch die der Aussscheidung dienenden geweblichen Einrichtungen. Dem gesamten Nervenapparate führt das Blut das Material für diese wurdserdaren Jeunktionen ju und gibt den Ameiz für diese wurdserdaren Jeunktionen ju und gibt den Ameiz für diese vonzescharen Jeunktionen zu und gibt den Ameiz für die Konnelener Tätigseit ist, genügend erichtlich ist darum, wie wichtig es für die Gesundheit des Körpers, für die Vorm leiner Tätigseit ist, genügend reichtliches und hinkanglich gutes Unt west hauptgruppen; zu der ersten zählen die verschiedenen Auten der Blutarmut, die Undmie und Ehlorofe, sowie die auf Vernankungen des Blutes Jerschlen beruhenden Erkankungen, zu den zweiten die mit der Voldblütigseit Hand in Hand gehenden krankfaren Erscheinungen verschiedener Art, sowie alle jene Veränderungen der Blutvelchaffenheit, die dei siederhaften Krankseiten, dei Erstrankungen der Staffwedsels, dei verschieden verhaltungen des Stoffwedssels, dei verschieden vorzamen.

#### Abgeriffene Gedanken.

Von Marie von Gbner-Gichenbach. Bas uns an der sichtbaren Schönheit entzückt, ist ewig nur die unsichtbare.

Bertrauen ift Mut, und Treue ift Rraft.

Die glüdlichen Peffiniften! Belche Freude empfinden fie, so oft fie bewiesen haben, daß es keine Freude gibt.



spannt man gerne aus.

"Das ganze Jahr kommt man nicht zum Lesen, aber jetzt habe ich das Buch bei mir, das du mir auf Weihnachten geschenkt hast, Männchen!"

-,,So, da leben wir wohl von der Luft?" "O nein, ich habe auch hübsch Proviant mitgenommen. Einen tüchtigen Vorrat von Maggi's Produkten: Suppen. Bouillon-Würfel und Würze. Damit mache ich schnelle Küche; aber schmecken soll es dir trotzdem!". H.Rikli

#### Vor Ansteckung im täglichen Verkehr

schützt man sich am besten durch den regelmässigen Gebrauch von Hausmanns

ervatol=Se

fest in Stücken à Fr. 1 .- , weich in Tuben à 50 Cts.

Hausmanns Urania-Apotheke Zürich. Hecht-Apotheke St. Gallen.



รมรมรมรมรมรมรมรมรมรม

Wer seinen Kindern blühendes Aussehen und eine kräftige Konstitution sichern will, ernähre sie mit der altbewährten

Berner-Alpen-Milch.

#### Unentbehrlich!

#### Knie-Schoner bereits zu Tausenden im Gebrauche,

sollte in keiner Familie fehlen. Da aus Holz und Gurten gefertigt,

Unterlage beim Scheuern etc. von Böden etc. Da sehr leicht und solid.
Der Knieschoner schützt vor Ermüdung vor Ermüdung die Kleider Preis Fr. 2.50.

Versand durch A. Pfister, Gerhardstrasse 3, Zürich.

## Ira-Damen-Bind

ist die beste der Gegenwart. 2251] Dutzend Fr. 1.75, 6 Dutzend Fr. 10.50, 12 Dutzend Fr. 20.— 1 Nachnahme. Gürtel Fr. 1.25 und 1.75. Aerztliche Broschüre gratis

St. Fridolin-Apotheke Näfels, Markt 12.



Militärschuh, Ia. Rindleder, solid, 2 Sohlen 39-48 12.50

Gröbere, billigere, sowie feinere Artikel in größter Auswahl. Verlangen Sie illustrierten Gratis-Katalog.

Roch-& Haushaltungschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Beitung.

Ericheint am erften Sonntag jeden Monats.

St. Gallen.

Mr. 8.

August 1911.

## Nahrungsmittelfälschungen.

Ihres besonderen Wohlgeschmackes wegen wird die Butter nie durch irgend ein Surrogat vollständig verdrängt werden. Von den Verfälschungen ist die bedenklichste die Beimischung einer zu großen Wenge Wasser. Mit steigendem Wassergehalt nimmt natürlich der Nährwert der Butter ab. Der Fettgehalt sinkt manchmal bis 50 herunier. Eine weitere Fälschung, bildet die Vermischung der Kuhbutter mit fremden Tiers oder Pflanzensetten. Als solche kommen hauptsächslich in Betracht: Kindssett, Kokosnußsett und Margarine. Sine andere Verfälschung ist das Verseßen derselben mit Konservierungsmitteln, wie Vorsäure und Venzoesäure. Daß solche Zusätze verwerslich sind, haben eine ganze Keihe von Vergistungserscheinungen gezeigt, die nach Genuß von mit Vorsäure konservierter Vutter auftraten. Verdorbene Vutter ist in gesundheitlicher Hinsicht noch gefährlicher wie verfälschte Vutter. Unzulässig ist es, wenn verdorbene Vutter durch chemische Behandlung wieder in scheindar normalen Zustand zu bringen versucht wird.

Was den Käse anbelangt, so ist eine Unterscheidung von Margarinekäse möglich. Um die Erkennung der Margarine für die Kontrolle
zu erleichtern, besteht beinahe in allen Ländern die gesetzliche Vorschrift,
daß der Margarine bei der Fabrikation ein gewisser Prozentsat Sesamöl
beigefügt werden muß. Durch diese Beimischung kennzeichnet sich die Margarine sosort, indem sie beim Schütteln mit Salzsäure diese karmoisinrot färbt. Eine ebenso große Verbreitung als Butterzusatz wie
die Margarine hat auch das vegetarische Fett der Kokospalme gesunden. Dasselbe wird unter allen möglichen Fantasienamen in den Handel gebracht. Wegen seiner kesteren Konsistenz und seiner weißen Farbe
kann es kaum sür Butter untergeschoben werden, dagegen hat der
Nahrungsmitteltechniker darauf zu achten, daß dieses Fett nicht mit
Butter gemischt, als solche verkauft wird. Das schmackhafteste unter den Speiseölen ist unstreitig das Olivenöl, das aber je nach der Gewinnungsart in den verschiedensten Dualitäten in den Handel kommt, es ist ein großer Unterschied in bezug auf
den Geschmack zwischen einem erst gepreßten Fruchtöl und einem in
der Hitze gewonnenen Mahlöl. Keinem Speiseöl dürfen, wenn mit
einem bestimmten Namen bezeichnet, andere fremde Dele beigemischt
werden. Mischungen verschiedener Sorten dürfen nur unter dem Sammelnamen Speiseöle verkauft werden.

Bei den Teigwaren ist zwischen Wasserwaren und Eierware zu unterscheiden. Letztere darf diesen Namen nur dann bekommen, wenn sie auf ein Kilo Mehl mindestens drei Eier enthält. Die künstliche Färbung jeglicher Teigwaren auch mit unschädlichen Farbstoffen ist unstatthaft.

Bei den getrockneten Obst= und Gemüse=Dauerwaren ist es oft der daran haftende Schmuz, der dieselben eckelerregend und ungenieß= bar macht. Die Fabrikation von künstlichem Honig wird heute mit solcher Virtuosität betrieben, daß der Chemiker große Mühe hat, die Fälschungen zu erkennen. Aus Zucker, Pollenkörnern, Bienenbestand= teilen und künstlichem Honigaroma versteht die Industrie ein Produkt herzustellen, das dem Bienenhonig sehr ähnlich ist.

## Schleimsuppen.

Bon 4zeiliger, dicker Gerste, gemahlenem Grünkorn, von gebrochenem Hafer, und von Mailander=Reis herzustellen. Besonders bei den Schleimsuppen, die schwer erzielt werden, ift es nicht ratsam, solche für einen kleinen Haushalt in für einmal begrenztem Duantum zu kochen. Zu dem ist aber auch ein verstärktes Quantum erforderlich, denn eine echte Schleimsuppe darf nicht erst durch Mehlzusat den Anschein von Schleim annehmen, der Schleim muß wirklich den Körnern selbst abgerungen werden. Man nehme deshalb für 3-4 Versonen nie weniger als 125 Bramm. Es ift ratsam, dicke Gerste 3. B. über Nacht in laues, weiches Wasser einzuweichen. Man setzt solche Suppen niemals mit dem vollen Quantum Wasser auf, je nur so viel, daß es halbhandhoch darüber steht. Unter öfterem Schwingen läßt man es einkochen und füllt wiederum unter tüchtigem Schwingen nur so viel heißes Waffer wie oben zu. Dies wiederholt man noch 2-3 Mal. Hiedurch erzweckt man das Zerstören und Abreiben der äußern Par= tien, die bereits löslicher geworden find, wodurch die tiefer liegenden auch besser aufquellen, und sich lösen. Run füllt man auf, entweder mit Fleischbrühe oder man legt ein beltebiges Siedefleisch dazu, z. B. ein altes, schon etwas angekochtes Suhn, geräucherte, auch frische Zunge,

gespaltene Kalbsknochen, oder Kalbsleisch u. s. w. hinzu, fügt Salz und Suppenwürze bei und läßt die Suppe unter öfterem Umrühren zum Sieden kommen, stellt sie auf Kleinsener und läßt sie  $2^1/2-3$  Stunden unter öfterem Aufrühren fertig kochen. Vor dem Anrichten wird das Fleisch herausgenommen und in einer warmen Schüssel an die Wärme gestellt. Die Suppe hingegen wird tüchtig geschwungen, wenn nötig, etwas verdünnt und kochend heiß durch ein Sieb nach Belieben je über gebrühte Weckenschnitte, gebackene Brotwürfel, Mehlerbsen, über zierslich geschnittene, mit Salzwasser weichgekochte Wurzeln, über Erbsen, Spargelköpschen, Kosenkohl, zerpflückten Blumenkohl, mit beliebigen Klöschen angerichtet und mit Muskatnuß oder reichlich Grünem dekoriet.

## Rezepte.

#### Erprobt und gut befunden.

Ralbshirn und Ropffalat. 6 Personen 35 Minuten. Man häutet ein gut gewässertes Kalbshirn ab und kocht es in einem Gewärzsud, bestehend aus 6 Deziliter Wasser, 1 Prise Salz, 2 Löffel Essig, dünnen Mohrrüben und Zwiebelscheiben und einem kleinen Kräuterbündel. 3 hartgekochte Eier werden geschält und in warmem Wasser heiß gehalten. 2 recht feste Lattichköpse schneidet man in Streissen, das abgtropste Hirn in dünne Scheiben und die Eier in je 6 Teile. Kurz vor dem Anrichten gibt man nun den Kopfsalat in die Schüssel, ordnet die noch warmen Hirnscheiben im Kranze darauf an und legt die Eier ringsum. Nebenher reicht man eine Salatsauce, gut gemischt aus 6 Löffeln Del, 3 kleinen Löffeln Essig, einem reichlichen Löffel Kerbel und Estragon (zusammen gehackt), Salz und Pfesser.

Gefüllte Kohlrabi mit Kalbsschnittchen. 6 Personen.  $2^{1/2}$  Stunden. 12 gleichmäßige, recht zarte Kohlrabiköpschen schneidet man oben und unten glatt, schält und höhlt sie mittels eines Kartosselbohrers halb aus und wirft sie eine Minute in kochendes Wasser. Dann läßt man sie gut abtropsen. Die zarten Blätter streist man von den Stielen, kocht sie mit viel Salzwasser weich, kühlt sie ab und hackt sie sein. Dieses Mus rührt man unter 125 Gramm recht sein gehacktes Schweinesseisch (Bratwurstsseisch) salzt und pfessert leicht, füllt die Kohlrabi das mit reichlich voll und stellt sie in ein flaches Geschirr, das man mit Butter ausgestrichen und mit dünnen mageren Specks oder Schinkensscheiben ausgelegt hat. Nun gießt man eine Schöpstelle helle, milde Fleischbrühe an, legt ein Butterpapier und einen Deckel auf und dünstet

die Kohlrabi langsam weich. Aus zwei starken Kalbsfilets oder einem entsprechenden, schwächeren Karrestück schneidet man 12 fingerdicke runde Scheiben, klopft sie ein wenig, salzt und pfeffert sie, brät sie im letzten Augenblick mit Butter ab, richtet sie in der Mitte einer runden Schüssel hoch an und stellt die Kohlraben sternförmig ringsherum. Zu dem Fond der letzteren gießt man einen kleinen Lössel Kalbsjus, streicht die Sauce durch ein seines Sieb, bringt sie nochmals ans Kochen, schlägt sie mit 50 Gramm Butter auf, gibt ein wenig davon über die Kohlrabi, den Kest extra.

Schweinsrippchen mit pitanter Gurtenfauce. 6 Bersonen. 25 Minuten. Für jede Person ein Rippchen. Nachdem man diese gut geklopft hat, salzt und pfeffert man sie, taucht sie in geschmol= zenes Schweineschmalz und wendet sie in feingeriebener Semmel. Dann röstet man jie über gelindem Feuer und befeuchtet sie dabei wiederholt mit Schmalz. Bur Sauce schwitzt man 25 Gramm Butter mit 15 Gramm Mehl, gibt eine feingehactte Zwiebel hinein und läßt die Schwiße noch einige Zeit leicht bräunen. Dann füllt man fie mit 1 Deziliter Weißwein und 2 Deziliter guter Fleischbrühe auf, die man mangels vorrätiger aus einem Maggischen Bouillonwürfel bereitet, rührt ins Rochen und läßt langsam eine knappe Viertelstunde weiter= kochen. Im letten Augenblick macht man diese Sauce mit einer Mefferspite feinem Bucker, einer Prife Pfeffer und etwas Fleischertrakt fertig, nimmt sie vom Feuer und rührt 1/2 Löffel Senf und 4 kleine, in Schei= ben geschnittene eingemachte Gurcken (Cornichons) hinein. Man gibt die Sauce extra.

Gelbe Küben gedünstet oder gekocht. Die geschabten Kasrotten oder auch große früssche Küben werden nudelig geschnitten, mit reichlich sein gewiegter, grüner Petersilie, etwas Salz, Fett und einem Schöpflössel Wasssser weich gedünstet, mit einem Kochlössel Mehl gestaubt mit setter Fleischbrühe aufgegossen, mit wenig Zucker und einer kleinen Prise Pfesser gewürzt. Gekochte Küben werden ebenso vorsbereitet wie die gedünsteten. mit reichlich Wasserzusat weich gekocht, mit dünner gelblicher Einbrenne, in welcher viel gewiegte Petersilie eingerührt wurde, vergossen, etwas sette Fleischbrühe kommt ebensfalls dazu, nebst Salz, wenig Zucker und Pfesser. Recht weich kochen lassen.

Sauerampfergemüse. Man bereitet es aus dem englischen perennierenden, breitblätterigen Sauerampfer, deffen Blätter abgewellt,

zerkleinert und mit etwas Apfelwein, kleinen, gut abgewaschenen Ko=rinthen und ein wenig Kartoffelmehl aufgekocht werden.

\*

Brunnenkresse. Man wäscht und verputt die grünen Blätter, kocht sie in Salzwasser ab, wiegt sie so sein wie Spinat und bereitet dann aus Butter und Mehl eine Einbrenne, gibt die Brunnenkresse hinzu und soviel frischen sauren Kahm, daß ein angenehmes Gemüse entsteht. Man würzt mit Pfesser und legt einen Kranz von gerösteten Semmelbröckhen rings herum.

Semmelmehlspeise mit Aepfeln. Mehrere altbackene Semmeln werden von der Kinde befreit und in ziemlich große Würfel gesschnitten, sodaß man etwa einen gehäuften Suppenteller davon hat; man röstet diese Semmelwürfel in 125 Gr. Butter hellbraun und läßt sie auf einem Durchschlag abtropsen; ebensoviel geschälte und würflig geschnittene saftige Aepfel werden mit etwaß Butter und Zucker haldsweich geschwißt. Hierauf quirlt man 8 Sidotter, 125 Gr. Zucker und die abgeriebene Schale einer Zitrone in einem halben Liter Kahm oder Milch, mischt die Aepfel, die geröstete Semmel und 125 Gr. gereinigte Korinthen hinzu, zieht den Schnee der Eiweiße unter die Wasse und füllt die Backschüssel damit. Die Speise wird in mittlerer Hitze gebacken.

Aepfelnudeln. Man kocht die fingerbreit geschnittenen Nudeln in gesalzenem Wasser, schüttet sie auf ein Sieb, übergießt sie mit kaltem Wasser und läßt sie abtropsen. Apfelmuß mit Zucker, Korinthen, abseriebener Zitronenschale und gehackten Mandeln wird bereitet, dann schichtet man auf eine Schüssel erst die Nudeln, darauf das Apfelmuß und wieder Nudeln. Mit goldgelb zerlassener Butter begossen und mit Zucker und Zimmt bestreut, werden sie serviert.

\*

Aepfel=Mehlspeise a la Crême. Sie besteht auß: 12 mittelsgroßen Borsdorfer Aepfeln, 34 Liter Rahm, 100 Gr. Mehl, 125 Gr. Zucker, 60 Gr. Butter, einer halben Stange Vanille und 8 Eiern. Die Aepfel werden ganz geschält, die Kerngehäuse ausgestochen, wie zum Kompot gekocht und, nachdem sie rein abgetropft sind, mit Aprisosens Warmelade gefüllt. Den Rahm läßt man mit der Vanille aufkochen, verdeckt eine Weile ziehen und erkalten, nimmt die Vanille heraus, rührt den Rahm mit dem Mehle klar, fügt 4 Eidotter, den Zucker und die Butter hinzu und rührt dies auf dem Feuer zu einem glatten Brei ab. Sobald dieser erkaltet ist, vermischt man ihn mit 4 Eigelben und

dem festgeschlagenen Schnee von 8 Eiern, füllt etwas von der Masse in einen Teigrand, ordnet die Aepfel nebeneinander darauf und füllt die übrige Masse darüber, doch darf der Rand nicht ganz voll sein. Nun bestreut man die Mehlspeise mit Zucker, bäckt sie eine Stunde bei mäßiger Hipe im Ofen und gibt sie sogleich zur Tafel.

Tomaten, gefüllte. Sechs bis acht große, reife Tomaten höhlt man behutsam aus, indem man ein zwei Zentimeter großes Stück um den Stiel herum abschneidet und die Kerne nebst einem Teil des Warks mit dem Stiel eines Kaffeelöffels herausholt, ohne die Außenseite der Früchte zu beschädigen. Dann bereitet man eine Farce, indem man 60 Gr. Speck und sechs Champignons, eine Handvoll Petersilie, drei Schalotten und ein Zweigelchen Thymian sehr sein hack, mit Pfeffer und Salz würzt, die Mischung fünf Minuten über gelindem Feuer verrührt und mit drei zerquirlten Sidottern mischt. Man füllt die Tomaten damit, stellt sie nebeneinander in eine Kasserolle oder eine Sautierpfanne, gießt etwas seines Salatöl in dieselbe, überstäubt das Ganze mit geriebenem und durchgesiebtem Weißbrot und brät sie so 10-15 Minuten über raschem Feuer, bräunt sie von oben mit einer glühenden Schausel und begießt sie beim Anrichten mit brauner Coulis.

Unreise Tomaten, die wegen der vorgeschrittenen Jahreszeit im Freien nicht mehr reif werden, braucht man nicht dem Froste preiszugeben. Diese lassen sich recht leicht zur Nachreise bringen, wenn die Pflanzen entblättert und an einen trockenen und sonnigen Ort auf Bretter gelegt werden. Hat man ein trockenes Gewächshaus zur Versfügung, so ist dieses am geeignetsten. Da die Mäuse sehr große Freunde der Tomatensamen sind, so ist darauf ganz besonders zu achten.

Reispudding mit Aepfeln. 250 Gramm gewaschener, blanchierter Reis werden mit einem Liter Milch, einer halben Stange Vanille gut weich gekocht und mit 150 Gr. Zucker halb erkaltet verssüßt. Unterdessen wurden 8—10 große, geschälte Aepfel vom Kernhaus befreit, in Scheiben geschnitten, in einem halben Liter Weißwein, Zucker, sein gehackter Zitronenschale, sowie 75 Gramm gewaschenen Sultanzrosinen weich gedämpst, mit einem halben Löffel in kaltem Wasser anzgerührten Kartosselmehl vermischt und einmal aufgekocht. Eine große, glatte Puddingsorm, mit kaltem Wasser ausgespült, wird erst mit einigen Löffeln Reis ausgelegt, darüber von der Apfelmasse gegeben und so weiter abwechselnd bis zu einer Schlußreihe Reis eingefüllt. Einige

Stunden auf Eis gestellt, wird der Pudding gestürzt und mit einer Fruchtsauce von Aprikosenmarmelade zu Tische gegeben.

Arebsfauce. 12 Krebse koche man in Salzwasser rot, entserne das Fleisch, zerstoße die Schalen, schmore sie in reichlich Butter, gieße diese von den Schalen und koche sie in Fleischbrühe eine Stunde. In der Butter schwitzt man zwei Eßlöffel Mehl, gießt die Fleischbrühe durch ein Sieb dazu, kocht sämig, zieht mit Eigelb ab und würzt mit Zitronensaft.

Räsestangen oder Räsestroh, in der seinen Kochkunst mehr unter dem engl. Namen cheesestraws oder den franz. Benennungen qaille au parmesan oder bâtons au fromage bekannt. Ein der engl. Küche entlehntes Gebäck, das bei vornehmen Taseln bisweilen zum Schluß des Diners an Stelle von Käse und Butter gegeben wird. Man bereitet es in folgender Beise: Nachdem man 120 Gramm frische Butter zu Schaum gerührt, fügt man nach und nach 240 Gramm seinsgeriedenen Emmentalerkäse, 100 Gramm Parmesankäse, 240 Gramm seinstes Weizenmehl, eine kleine Prise Cahennepfesser, eine Prise Salz und drei Eßlössel Wasser hinzu, arbeitet die Masse gehörig durch, rollt sie auf einem mit Wehl bestreuten Brett ½ Zentimeter stark aus und schneidet sie in beliedig lunge Streisen, oder man treibt den Teig dünner aus und schneidet ihn in singerlange Nudeln. Mit Ei bestrichen werden die Stengel dann auf einem Blech dei mäßiger Sitze gebacken und heiß serviert.

S, gebackene. Ein halbes Kilogramm feines Mehl wird mit 250 Gramm frischer Butter, drei Eidottern, zwei ganzen Eiern, der abgesriebenen Schale einer Zitrone, 250 Gr. Zucker und einer Prise Salz zu einem Teig zusammengewirkt, den man zu fingerdicken Streisen oder Kollen formt; diese Kollen zerschneidet man in 10-12 Zentimeter lange Stücke, bildet S daraus, legt sie auf gebutterte, mit Mehl bestäubte Bleche, überstreicht sie mit schaumig geschlagenem Eiweiß, streut Hagelzucker darauf und bäckt sie bei mäßiger Hiße gelb.

Straßburger Kuchen. Den Boden sowie den Kand einer Springsorm belegt man dicht und lückenloß mit Biscuits, reibt hierauf 150 Gramm süße Mandeln und vermischt sie mit 150 Gramm zu Schaum geriebener Butter, 150 Gramm feinstem Zucker und einer sehr dicken Vanillecreme, die man ohne Mehl und Zucker aus ½ Liter Kahm,

Vanille und 9 Edottern auf gelindem Feuer rührte. Diese Masse füllt man in die Form, belegt sie auch oben mit Viscuits, deckt einen Teller auf die Form, auf welchen man einige schwere Gewichte zum Pressen legt und stellt diesen Kuchen etwa 24 Stunden an einen kühlen Ort. Vor dem Anrichten stürzt man ihn, belegt ihn geschmackvoll mit glascierten Früchten und Fruchtgelee und reicht noch nach Belieben Schlagsrahm dazu.

Rattune zu waschen, ohne daß sie in der Farbe im geringsten nachlassen. In einen mit Wasser gefüllten Kessel tut man etwa den vierten Teil Weizenkleie und läßt fünf Minuten lang kochen. Ist das Wasser wieder erkaltet, so wäscht man die Zeuge ohne Seife oder Lauge darin und spült sie zulet in kaltem Wasser aus.

Um Fußböden schön weiß zu scheuern, scheure man nicht mit Seife, sondern mit einem Teil ungelöschtem Kalk und drei Teilen Sand. In diese Mischung wird die nasse Pußbürste getaucht. Diese Weise, zu reinigen, stellt sich billiger als die mit Seife und benimmt allen Schmuß, tötet vorkommende Insekten und macht sehr rein und weiß. Der Fußboden muß aber mit reinem Wasser nachgespült werden. Sind Fettslecken mit zu entsernen, so bedeckt man diese mit Tonerde, die zuvor mit heißem Wasser angeseuchtet ist, und läßt sie eineu Tag darauf, ehe man, wie beschrieben, scheuert.

Schafgarbe als Heilmittel. Gegen langwierige Schleimflüsse und Katarrhe der Lungen-, Harn- und dergleichen Apparate, sowie gegen geschwürige, mit vielem Auswurf verbundene Lungensucht und andere mit Körperadzehrung einhergehende Eiterungen dient der frisch ausgepreßte Saft der Blätter der Schafgarbe häusig bei Kuren in Verbindung mit Brunnenkresse. Die Schafgarbe wird gereicht: als Tee-aufguß (nicht Absud). Wan nimmt zu diesem Zwecke 15—30 Gramm Kraut und Blüten, brüht sie mit ½ bis ¾ Liter heißem Wasser auf, läßt sie ein wenig ziehen und trinkt davon halvtassenweise einige Wale täglich; dieser Tee, mit Honig vermischt, ist ausgezeichnet gegen Influenza.

Wasser frisch zu erhalten. Um Wasser frisch zu erhalten und es so auch bei bedeutender Hitze mit Genuß trinken zu können, nachdem schon Stunden verstrichen sind, seitdem man es vom Brunnen geholt hat, braucht man blos eine ungeschälte Orange hineinzulegen, in welche man vorher einen sauberen Holzsplitter hineingestoßen hat. Auf den großen Segelschiffen, welche die Weere durchsahren, hat man kein anderes Wittel, das Wasser trinkbar zu erhalten.